



11がつ こんだてひょう



令和5年度

岩滝小学校

月	火	水	木	金
＼ 体調に気を付けて過ごそう！ ／ 朝晩の冷え込みが厳しくなり、体調を崩しやすい季節です 「早寝・早起・朝ごはん」、「うがい・手洗い」を意識し しっかり栄養をとり、風邪やウイルスに負けない体を作りましょう！ 11月は『読書月間』です！ 給食でも本に登場するメニューが出ます！お楽しみに！		1日 ごはん 牛乳 鶏肉の照り焼き かぶとツナのサラダ うすくず汁	2日 ごはん 牛乳 さわらのコーンマヨネーズ焼き ささみと小松菜のレモン和え コンソメスープ	3日 ぶんかひ 文化の日
6日 ごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ 切干大根ナムル 中華スープ	7日 ごはん 牛乳 なすと厚揚げのカレー煮 小松菜のおかか和え りんごとさつまいものケーキ	8日 ハリーポッター コッペパン 牛乳 シェパーズパイ 百味ビーンズ風サラダ かぼちゃのポタージュ	9日 ごはん 牛乳 豚肉のねぎみそ炒め ビーフンサラダ 大根スープ	10日 ごはん 牛乳 さばの塩焼き かぼちゃのサラダ にゅうめん
11日（土） 学習発表会♪ ハヤシライス 牛乳 ドレッシングサラダ フルーツヨーグルト	14日 ごはん 牛乳 豚肉とごぼうのかみかみつね 小松菜の生姜酢和え 豆腐のみそ汁	15日 全粒粉パン 牛乳 キャベツと大根のサラダ 真だくさんシチュー ミニアメリカンドック	16日 ごはん 牛乳 豚肉のハリハリキムチ炒め ごま坦々スープ さつまいものごま団子	17日 ごはん 牛乳 鶏肉のパン粉焼き 根菜のごま味噌和え すまし汁
20日 鶏ごぼうピラフ 牛乳 鶏肉のレモンソース和え キャベツとコーンのサラダ オニオンスープ	21日 ぐりとぐら ごはん 牛乳 ちくわのカレー揚げ 白菜の昆布和え 豚汁 ぐりとぐらのカステラ風ケーキ	22日 かいけつゾロリ 半量ごはん 牛乳 醤油ラーメン わかめサラダ 大豆とじゃこのスナック	23日 きんろうかんしゃひ 勤労感謝の日 	24日 ごはん 牛乳 赤魚の野菜あんかけ 小松菜としめじのおひたし 厚揚げのみそ汁
27日 ごはん 牛乳 ポテトのピザ焼き 大根とわかめのサラダ チンゲン菜のスープ	28日 きのこごはん 牛乳 豚肉と大根の旨煮 小松菜のおひたし いがぐり	29日 ごはん 牛乳 鮭グラタン 大根サラダ 野菜スープ	30日 菊花そばろごはん 牛乳 磯香和え おから団子のごろごろ汁	 じもと しぐさい 地元の食材 お米・魚・牛乳・たまご みずな は しろ 水菜・葉ねぎ・白ねぎ・にんじん つち 土しょうが・キャベツ・さつまいも

*献立内容は学校行事、物資購入などの都合により、変更することがあります。ご了承ください。