



11月のこんだてひょう

京丹後市立大宮南小学校

月	火	水	木	金
【11月19日 まるごと京丹後食育の日】 毎年11月に京丹後市の小中学校では「まるごと京丹後食育の日」の取組を実施しています。今年で14年目となる取組です。今年収穫されたばかりの新米と古代米のごはんを中心に、京丹後市で収穫された旬の食材をたくさん取りいれました。地元の生産者の方たちのこだわりや苦勞に感謝し、豊かな食材に恵まれた京丹後市のよさを見直す機会にしましょう。 				1日
				- ごはん - すごもり卵 - れんこんの炒め物 - とうふのみそ汁 - 牛乳
4日	5日	6日	7日	8日
ふりかえきゅうじつ 振替休日 	せかいりょうり 世界の料理・タイ - カオマンガイ - 野菜炒め - ゲーンチュートタオフー - 牛乳	きっか 菊花ごはん こんぶ 昆布あえ はりはり汁 ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん さわらのピザ風焼き やさい 野菜のソテー ジュリエンスープ ぎゅうにゅう 牛乳	は いい歯の日 むぎ 麦ごはん ごぼうのかみかみ つくね ほねぶと 骨太サラダ あつ 厚あげのみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳
9日	12日	13日	14日	15日
がくしゅうはつひょうかい 学習発表会 むぎ 麦ごはん ポークカレー ツナとほうれん草の サラダ ふくじんづ 福神漬け ぎゅうにゅう 牛乳 11日(月) ふりかえきゅうじつ 振替休業日	ねんせい 3年生リクエスト献立 ごはん しょうゆラーメン なっとう 納豆みそ プリン ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん マーボーどうふ いた 炒めビーフン しお 塩キャラメルポテト ぎゅうにゅう 牛乳	ちゅうかふうた 中華風炊き込みごはん ささみとキャベツの サラダ だんご とうふ団子のスープ ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん キスのカレーあげ もやしのポン酢 いため 白菜のみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳
18日	19日	20日	21日	22日
ごはん ミートグラタン フレンチサラダ コンソメスープ ぎゅうにゅう 牛乳	まるごと京丹後 食育の日(20日)献立 古代米寿司 (特別栽培米) いちがお牛の すき焼き風煮 ほうれん草とキャベ ツのごまあえ しんこうなし 新興梨 ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん (特別栽培米) しろみぎかな 白身魚のフライ オーロラソース ベーコンとコーンの ソテー だいこん 大根スープ ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん (特別栽培米) マカロニの クリームシチュー ブロッコリーのレモン ソースサラダ りんご ぎゅうにゅう 牛乳	わしよく 和食の日(24日)献立 きのこごはん (特別栽培米) こうや 高野どうふの 含め煮 ゆかりあえ かきたま汁 ぎゅうにゅう 牛乳
25日	26日	27日	28日	29日
ごはん ぶたにく だいこん 豚肉と大根のうま煮 いそかあえ ごぼうスティック ぎゅうにゅう 牛乳	とり 鶏ごぼうピラフ ぶたにく やさい 豚肉と野菜の炒め物 キャベツの コンソメスープ ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん さつまいもの かきあげ こんにゃくの つるつる炒め のっぺい汁 ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん や 焼きサバの みぞれかけ おかかあえ さといも 里芋のみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳	にく 肉まんの日 ごはん チャプチェ にく 肉まん わかめスープ ぎゅうにゅう 牛乳

都合により、献立を変更することがあります。