

# 11月 給食こんだて表



宇川小学校

| 月<br>1                                           | 火<br>2                                                     | 水<br>3                                                           | 木<br>4                                        | 金<br>5                                                 |
|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| ごはん<br>栄養満点ナゲット<br>フロッキーのサラダ<br>マカロニスープ          | あかもくごはん<br>千草漬け<br>さといものみそ汁<br>りんご                         | 文化の白                                                             | ごはん<br>サバのみそ煮<br>れんこんきんぴら<br>いも団子汁            | ごはん<br>チーズタッカルビ<br>もやしのナムル<br>豚肉とシタスのスープ<br>世界の料理：韓国   |
| 6(土)【学習発表会】                                      | 9                                                          | 10                                                               | 11                                            | 12                                                     |
| 麦ごはん<br>ポークカレー<br>福神漬け<br>フルーツポンチ                | ごはん<br>ツバスの野菜あんかけ<br>たくわん和え<br>のっぺい汁                       | 麦ごはん<br>ごぼうのかみかみつくね<br>骨太サラダ<br>小松菜のみそ汁                          | お楽しみ献立<br>(2年)                                | 鶏ごぼうピラフ<br>豚肉と野菜のソテー<br>コンソメスープ<br>キャラメルポテト            |
| 15(七五三)                                          | 16                                                         | 17                                                               | 18                                            | 19【まるごと京丹後食育の日】                                        |
| 菊花ごはん(特別栽培米)<br>豚肉のごまだれかけ<br>即席漬け<br>豆腐のすまし汁     | ごはん(特別栽培米)<br>ささみのレモンソース<br>キャベツとコーンの<br>ソテー<br>にんじんのポタージュ | ごはん(特別栽培米)<br>厚揚げと千ゲン菜の<br>中華煮<br>茎わかめのごまじょうゆ炒め<br>大豆とさつまいものスナック | ごはん(特別栽培米)<br>へしこバークドポテト<br>小松菜のごま和え<br>かきたま汁 | 新米ごはん(特別栽培米)<br>サワラの吹き寄せ蒸し<br>ほうれん草のおひたし<br>けんちん汁<br>梨 |
| 22                                               | 23                                                         | 24【和食の日】                                                         | 25                                            | 26                                                     |
| 青じそごはん<br>マカロニとチキンの<br>クリーム煮<br>ごぼうとかにかまの<br>サラダ | 勤労感謝の日                                                     | さつまいもごはん<br>キスの米粉天ぷら<br>磯香和え<br>赤だし<br>黒糖きなこゼリー                  | ごはん<br>ひじき豆腐<br>小松菜とじゃこの炒め物<br>金時豆の甘煮         | 減量ごはん<br>納豆みそ<br>五目ラーメン<br>シーフードサラダ                    |
| 29                                               | 30                                                         |                                                                  |                                               |                                                        |
| 減量ごはん<br>じゃがいものそぼろ煮<br>はんぺんの甘酢和え<br>ごまと豆乳の蒸しパン   | ごはん<br>ぎょうざ春巻き<br>もやしのポン酢炒め<br>みそワンドンスープ                   |                                                                  |                                               |                                                        |