



予定献立表



令和7年10月31日(金)
京丹後市立弥栄中学校

11月は「まるごと京丹後食育の日」や「いい歯の日」、「勤労感謝の日」、「和食の日」などがあります。食に関するいろいろなことについて、考えるきっかけにしてほしいと思います。

3日(月)		4日(火)		5日(水)		6日(木)		7日(金)	
文化の日		エネルギー:839kcal		エネルギー:685kcal		エネルギー:748kcal		エネルギー:760kcal	
		主食	ごはん	主食	菊花ごはん 	主食	ごはん 	主食	麦ごはん 
		主菜	マーボー豆腐 	主菜	豚肉の ごまだれ和え	主菜	揚げイカの イタリアンマリネ	主菜	ごぼうの かみかみつくね 
		副菜	炒めビーフン	副菜	えのきのすまし汁	副菜	ベーコンポテト	副菜	骨太サラダ
		デザート	キャラメルプリン	副菜		副菜	コンソメスープ	副菜	小松菜のみそ汁
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳 いい歯の日
10日(月)		11日(火)		12日(水)		13日(木)		14日(金)	
エネルギー:683kcal		エネルギー:763kcal		エネルギー:772kcal		エネルギー:759kcal		エネルギー:715kcal	
主食	ごはん(減量)	主食	ごはん(減量)	主食	ごはん	主食	ごはん(特別栽培米)	主食	中華風たきこみごはん (特別栽培米)
	しっぽくうどん 	主菜	豚肉と 大根のうま煮	主菜	サワラのピザ風	主菜	大豆と ひじきのかきあげ	主菜	ササミと キャベツのサラダ
副菜	五色和え 	副菜	磯香和え	副菜	豚肉と 野菜のソテー	副菜	茎わかめの きんぴら	副菜	ごぼうスティック
副菜	昆布の佃煮	デザート	焼き芋 	副菜	さつまいものスープ	副菜	かぶのみそ汁	副菜	ワンタンスープ
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
17日(月)		18日(火)		19日(水)		20日(木)		21日(金)	
エネルギー:762kcal		エネルギー:788kcal		期末テスト 		期末テスト 		エネルギー:719kcal	
主食	ごはん(特別栽培米)	主食	里芋ごはん (特別栽培米)					主食	五目ごはん (特別栽培米)
主菜	ミートグラタン 	主菜	キスの天ぷら 					主菜	高野豆腐の 含め煮
副菜	キャベツのソテー	副菜	小松菜と キャベツのごま和え					副菜	わかめの酢の物
副菜	オニオンスープ	副菜	豚汁 梨 					副菜	かきたま汁
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳 					牛乳	牛乳 11月24日の 和食の日にちなん だ献立です。 和食の日
24日(月)		25日(火)		26日(水)		27日(木)		28日(金)	
勤労感謝の日 振替休日 		エネルギー:711kcal		エネルギー:777kcal		エネルギー:748kcal		1-B リクエスト給食	
		主食	ごはん	主食	ポークカレー (麦ごはん)	主食	ごはん		
		主菜	チーズタッカルビ	主菜		主菜	サバの生姜煮 		
		副菜	大根のナムル 	副食	水菜とハムのサラダ	副菜	即席漬け		
		副菜	わかめスープ	デザート	りんご 	副菜	豆腐団子のみそ汁		
		牛乳	牛乳 世界の料理 韓国	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		

まるごと京丹後食育の日



京丹後市の農家の方が栽培された特別栽培米、さまざまな野菜や果物、京都の海でとれた魚、そして丹後の牛乳を取り入れた献立を市内小中学校で実施します。

11月23日は「勤労感謝の日」

11月23日の勤労感謝の日は、昔はとれたお米に感謝して、来年の豊作を祈る日でした。自然の恵みや生産者の方々、給食を作ってくださる調理員さんなど、給食に携わっておられる方々に感謝しながらいただきます。