

11月給食こんだて

月	火	水	木	金
	1 ごはん 鮭の塩焼き おひたし 肉じゃが 牛乳	2 ごはん 鶏肉のからあげ まめまめサラダ 大根とえのきのみそ汁 牛乳	3 	4 ごはん にらまんじゅう プルコギ 小松菜のスープ 牛乳
	7 ごはん さんまのしょうが煮 こんにゃくサラダ かきたま汁 牛乳	8 かみかみ豚丼 白菜のみそ汁 カムカムこんにゃく 牛乳	9 ごはん ちくわの磯辺揚げ ひじきの煮物 豚汁 牛乳	10 ハヤシライス ラフランスゼリー 牛乳
14 キムチチャーハン 中華コーンスープ 野菜果実ゼリー 牛乳	15 ごはん さばの塩焼き 元気サラダ 玉ねぎとしめじのみそ汁 牛乳	16 麻婆丼 もずくスープ 牛乳	17 米粉パン ハンバーグ ツナサラダ クリームシチュー 牛乳	18 肉どんぶり 大根とわかめのみそ汁 マスカットゼリー 牛乳
21 ごはん 白身魚フライ 茎わかめの炒り煮 小松菜のみそ汁 牛乳	22 <u>ごはん(サキホコレ)</u> グリルチキン 塩昆布和え 豆腐とえのきのみそ汁 牛乳	23 	24 ごはん いわしの梅煮 五色和え だまこ汁 牛乳	25 ミートソース スパゲティ コーンサラダ ブルーベリーゼリー 牛乳
28 ビビンバ ワカメスープ 牛乳	29 ごはん ほっけの塩焼き ごぼうサラダ おでん 牛乳	30 ポークカレー フルーツゼリーポンチ 牛乳	給食の約束 *食事の前はていねいに手を洗いましょう。 *準備は、すばやく清潔にしましょう。 *給食当番は、服装をしっかり整えましょう。 *気持ちをおこめて、あいさつをしましょう。 *教室やランチルームではお話しをしないで食べましょう。	



11月22日のごはんはサキホコレです

今年から市場デビューした秋田の新しいお米『サキホコレ』。米のおいしさはコシヒカリを超えるともいわれている、大注目のお米です。そんなサキホコレを一足先にいただきます。