

# 11月給食こんだて

月	火	水	木	金
<b>給食の約束</b> *食事の前はていねいに手を洗きましょう。 *準備は、すばやく清潔にしましょう。 *給食当番は、服装をしっかりと整えましょう。 *気持ちをこめて、あいさつをしましょう。 *食事中はお話しをしないで食べましょう。		<b>1</b> ごはん グリルチキン 茎わかめの炒り煮 キャベツのみそ汁 牛乳	<b>2</b> コッペパン ハンバーグ ツナサラダ オニオンスープ 牛乳	<b>3</b> 
	<b>6</b> ごはん つくね すき昆布の炒め煮 なめこのみそ汁 牛乳	<b>7</b> さつまいもごはん さばのみそ焼き 五色和え 花麩のすまし汁 牛乳	<b>8</b> かみかみ豚丼 ワカメスープ かみかみこんにやく 牛乳	<b>9</b> ほうとううどん 元気サラダ ラフランスゼリー 牛乳
<b>13</b> ガパオライス 玉子スープ 牛乳	<b>14</b> ごはん ほっけの塩焼き きんぴらごぼう 大根のみそ汁 牛乳	<b>15</b> ごはん 鶏肉の ジンジャーソース 小松菜の煮びたし わかめのみそ汁 牛乳	<b>16</b> 米粉パン ミートオムレツ まめまめサラダ ポトフ 牛乳	<b>17</b> 根菜カレー ひじきサラダ 牛乳
<b>20</b> ごはん シュウマイ 塩昆布和え 坦々春雨スープ 牛乳	<b>21</b> <u>ごはん(サキホコレ)</u> さばの塩焼き 切り干し大根の カレー炒め さつまいも汁 牛乳	<b>22</b> ごはん 肉団子 炒り豆腐 もやしのみそ汁 牛乳	<b>23</b> 	<b>24</b> ごはん いわしのオレンジ煮 大根のそぼろ炒め かきたま汁 牛乳
<b>27</b> ハヤシライス コールスロー サラダ 牛乳	<b>28</b> ごはん 赤魚のみそ焼き おひたし かぼちゃのすいとん汁 牛乳	<b>29</b> ゆかりごはん 厚焼き玉子 おからの炒め煮 じゃがいものみそ汁 牛乳	<b>30</b> 丸パン 焼き栗コロッケ サラダ 冬野菜の ミネストローネ 牛乳	



## 11月21日のごはんはサキホコレです

昨年から市場デビューした秋田のお米『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。今年もサキホコレをいただきます。