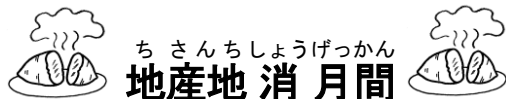


へいせい30ねん 11がつのこんだて



日	曜日	パンごはん	ジャム、チーズなど	のみもの	おおきいおかず	ちいさいおかず		くだものデザート	ひとこと
1	木	はいがごはん		ぎゅうにゅう	マーボーどうふ	だいこんのちゅうかいため		みかん	中高学年 ごはん多め
2	金	ロールパン		ぎゅうにゅう	ミネストローネ	サーモンフライ【ソース】	こふきいも		好ききらいなく食べよう
5	月	はいがパン		ぎゅうにゅう	ビーンズシチュー	ごぼうソテー		いちごヨーグルト	11月は地産地消月間
6	火	むぎごはん		ぎゅうにゅう	みそしる	ひじきごはんのぐ	さかなのからあげ		魚はg配食
7	水	ごはん	やきのり	ぎゅうにゅう	ぶたじる	こおりどうふのそぼろに			凍り豆腐の栄養
8	木	ぶどうパン		ぎゅうにゅう	わふうポトフ	とりにくのからあげ		りんご	旬の果物 フロッコー
9	金	はいがごはん	のりのつくだに	ぎゅうにゅう	ふくめに	ごまじょうゆあえ			中高学年 ごはん多め
12	月	はいがごはん		ぎゅうにゅう	すましじる	さばのみそに	きんぴら		旬の果物 さば
13	火	ターメリックライス		プルーン はっこう乳	チキンカレー	ごまずあえ			自校炊飯
14	水	むぎごはん		ぎゅうにゅう	かきたまじる	さけそぼろ	にびたし		中高学年 ごはん多め
15	木	ごはん★		ぎゅうにゅう	★☆☆コーンスープ★☆☆	☆☆ ビビンバ ☆☆ ★ 【にく】 【やさい】 ☆☆☆	☆ りんご ☆ ☆ ゼリー ☆		レインボー★ ★ 給食 ☆
16	金	くろパン		ぎゅうにゅう	さつまいもポタージュ	メヒカリフライ	にやさいのサラダ		旬の果物 カワチア
19	月	はいがごはん		ぎゅうにゅう	ごじる	ぶたにくのごままぶし		みかん	旬の果物 みかん
20	火	まるパン		ぎゅうにゅう	みそキャベツあんかけやきそば【めん】【みそキャベツあん】	ちゅうかあえ			
21	水	むぎごはん	なっとう【たれ】	ぎゅうにゅう	つみれじる	ぶたにくときりぼし だいこんのもの			大根の加工品
22	木	ごはん		ぎゅうにゅう	くきわかめスープ	はまなちゃんおかわりすぶた			
26	月	むぎごはん		ぎゅうにゅう	みそしる	ツナそぼろ	だいがくいも		大学いもの由来
27	火	むぎごはん		ぎゅうにゅう	みそしる	はまなちゃんともだちどん		かき	旬の果物 かき
28	水	ごはん	ふりかけ	ぎゅうにゅう	わかめスープ	かわりごもくまめ			ふりかけ じゃこ・ごま
29	木	ココアブレッド		ぎゅうにゅう	こめこシチュー	やさいサラダ		みかん	
30	金	ごはん		ぎゅうにゅう	けんちんじる	にぎかな	ぶどうまめ		神奈川発祥 けんちん汁

☆給食目標: 係や当番に進んで協力しましょう。

今月のはま菜ちゃん→こまつな、さといも、フロッコー、にんじん、22日だいこん

