れいわ5ねん　**11がつのこんだて**

11月は地産地消月間

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	水	大根ごはん	やきのり	牛乳	かきたまじる	ぶたにくのごままぶし			県内産大根葉使用
2	木	はいがごはん		牛乳	マーボーどうふ	ちゅうかあえ		湘南ゴールドゼリー	**全学年ごはん多め**
6	月	むぎごはん		牛乳	ごじる	ひじきごはんのぐ	メヒカリフライ（重さでくばる）		呉汁の作り方
7	火	はいがごはん		プルーンはっこう乳	ポークカレー	あまずあえ			**全学年ごはん多め**
8	水	ソフトフランスパン		牛乳	ミネストローネ	サーモンフライ【ソース】	こふきいも		旬の食品 **さけ**
9	木	ロールパン		牛乳	くきわかめスープ	かわりごもくまめ		ラフランスゼリー	旬の食品 **ラフランス**
10	金	ごはん		牛乳	すましじる	かつおのごまみそあえ	おひたし		料理の彩り
13	月	まるパン		牛乳	カレービーンズシチュー	キャベツサラダ		ミックスフルーツ	大豆の産地
14	火	むぎごはん	なっとう【たれ】	牛乳	ぎゅうにくとだいこんのにもの	ごまじょうゆあえ			横浜の農業
15	水	ごはん		牛乳	のっぺいじる	さばのみそに	きんぴら		のっぺい汁の特徴
16	木	はいがごはん		牛乳	はるさめスープ	ビビンバ【にく】【やさい】			**全学年ごはん多め**
17	金	しょくパン		牛乳	やさいのスープに	イタリアンペースト		みかん	旬の食品 **みかん**
20	月	むぎごはん		牛乳	みそしる	ツナそぼろ	だいがくいも		旬の食品 **さつまいも**
21	火	ごはん		牛乳	トックスープ	タッカルビ			韓国・朝鮮料理
22	水	はいがパン		牛乳	とりにくのトマトシチュー	やさいソテー		ヨーグルト	旬の食品 **ブロッコリー**
24	金	ごはん		牛乳	みそしる	とりにくのたつたあげ	ボイルドキャベツ		だしの種類
27	月	ごはん		牛乳	ふくめに	いそかあえ	こまつなとじゃこのふりかけ		旬の食品 **こまつな**
28	火	ココアブレッド		牛乳	マカロニのクリームに	ごぼうソテー		りんご	旬の果物 **りんご**
29	水	むぎごはん		牛乳	けんちんじる	あじのあんかけ	ぶどうまめ		神奈川県郷土料理
30	木	はいがごはん		牛乳	みそしる	おやこどんのぐ		かき	旬の果物 **かき**

☆給食目標：好ききらいなく食べよう。

☆今月のはま菜ちゃん→こまつな、キャベツ、さといも、さつまいも、だいこん（29日）