

れいわ2ねん 11がつのこんだて



ちさんちしょうげっかん  
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
2	月	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	みそしる	ひじきごはん のぐ	メヒカリフライ (重さでくばる)		サンプルで 魚の量確認
4	水	はいが ごはん		ブルー はっこう乳	チキンカレー	ごまずあえ			中高学年 ごはん多め
5	木	ごはん		ぎゅうにゅう 	チリコンカン	かんぴょうのソテー		みかん	中高学年 ごはん多め
6	金	ロール パン		ぎゅうにゅう 	ソースやきそば	ちゅうかあえ		ラフラン スゼリー	手作り ゼリー
9	月	ごはん		ぎゅうにゅう 	すましじる	さばのみそに	ごまじょうゆあえ		はま菜ちゃん を知らう
10	火	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	マーボーどうふ	ちゅうかあえ		みかん	旬の食品 みかん
11	水	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	AZUMA 風 だいこんスープ	ビビンバ 【にく】【やさい】			中高学年 ごはん多め
12	木	はいが パン		ぎゅうにゅう 	やさいのスープに	サーモンフライ 【ソース】		りんご ゼリー	旬の食品 さけ
13	金	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	みそしる	おやこどんのぐ		かき	旬の食品 かき
16	月	だいこん ごはん		ぎゅうにゅう 	くきわかめスープ	なまあげとぶたにくのみそいため			自校炊飯
17	火	ごはん	なっとう 【たれ】	ぎゅうにゅう 	ふくめに	おひたし			旬の食品 さといも
18	水	くろ パン		ぎゅうにゅう 	マカロニの クリームに	ごぼうソテー		りんご	旬の食品 ごぼう
19	木	ごはん		ぎゅうにゅう 	つみれじる	まめじゃが			手作り つみれ
20	金	ごはん		ぎゅうにゅう 	けんちんじる	かつおのごまみそあえ			神奈川県 けんちん汁
24	火	チーズ パン		ブルー はっこう乳	ミネストローネ	魚のカレーあげ (重さでくばる)	こふきいも		サンプルで 魚の量確認
25	水	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	かきたまじる	あきあじごはん のぐ	にびたし		旬の食品 はくさい
26	木	ぶどう パン		ぎゅうにゅう 	とりにくの トマトシチュー	キャベツサラダ		ミックス フルーツ	旬の食品 アロココー
27	金	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	みそしる	ツナそばろ	だいがくいも		旬の食品 さつまいも
30	月	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	さわにわん	あじのあんかけ	ぶどうまめ		だいずの 収穫時期

☆給食目標: 係や当番に進んで協力しよう。

今月のはま菜ちゃん→こまつな、キャベツ、にんじん、さといも

