11月 給食献立表

キッズピーパル給食室

曜日	月	火	水	木	金	土
日	2	3	4	5	6	7
行事予定						
昼食	ごま塩ごはん カレーコロッケ ひじきサラダ 白菜のすまし汁 ゼリー	文化の日	中華丼 春雨サラダ えのきのスープ ゼリー	ごはん ポークチャップ コールスローサラダ わかめのスープ 果物	ゆかりごはん ちくわの磯辺揚げ ブロッコリーのツナ和え 大根の味噌汁 ゼリー	けんちんうどん 果物
おやつ	牛乳 ポパイケーキ		牛乳 いちごジャムサンド	麦茶 麩のスナック	牛乳 パン耳ラスク	
日	9	10	11	12	13	14
行事予定						
昼食	ごはん さばのみりん焼き 和風サラダ 玉ねぎのすまし汁 ゼリー	ごはん 鶏のから揚げ ほうれん草のごま和え じゃがいもの味噌汁 果物	ミートソーススパゲティ ブロッコリーの醤油マヨ和え 大根のスープ ゼリー	ごはん 麻婆春雨 中華サラダ 青梗菜のスープ 果物	ごま塩ごはん 豚肉と野菜のみそ炒め 粉ふきいも わかめのすまし汁 ゼリー	焼肉丼 青菜のすまし汁 果物
おやつ	牛乳 さつまいもの甘煮	麦茶 ヨーグルト	牛乳 クッキー	麦茶 ゆかりおにぎり	牛乳 豆腐ドーナツ	
日	16	17	18	19	20	21
行事予定						
昼食	のり佃煮ごはん 白身魚フライ コーンサラダ かぶのスープ ゼリー	ごはん 鶏肉のみそ照り焼き 切干大根の煮物 しめじのすまし汁 果物	塩だれ豚丼 わかめ和え 白菜の味噌汁 ゼリー	ゆかりごはん 鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ かき玉スープ 果物	ごはん 豚肉の生姜焼き ブロッコリーのサラダ なめこの味噌汁 ゼリー	かき玉うどん 果物
おやつ	牛乳 ココアクッキー	麦茶 煮込みうどん	牛乳 レモンマフィン	麦茶 麩のラスク	牛乳 さつまいも蒸しパン	
日	23	24	25	26	27	28
行事予定					スペシャル給食デー	
昼食	勤労感謝の日	ごま塩ごはん メンチカツ シルバーサラダ 玉ねぎのスープ 果物	きつねうどん もやしの和え物 ゼリー	ごはん 鶏つくね 大根の煮物 ほうれん草の味噌汁 果物	ハヤシライス カニ風味和え キャベツスープ ゼリー	焼きそば 麩のすまし汁 果物
おやつ		麦茶 わかめおにぎり	牛乳 ポンデケージョ	麦茶 フライドポテト	牛乳 バナナクッキー	
日	30					
行事予定						
昼食	ごはん さわらの照り焼き かぼちゃの甘煮 豆腐の味噌汁 ゼリー					
おやつ	牛乳 パン耳かりんとう					

☆仕入れの都合により、献立が変更になる場合があります。

こフス

月平均栄養価	
エネルギー	370
たんぱく質	12.2
脂質	10.5
塩分	1.2