

月	火	水	木	金
<p>2 献立コンクール 入賞メニュー</p> <p>どんぶりのぐをごはんにのせてたべましよう。</p> <p>こんだて こまのたね たべだしたら モーとまんどん</p> <p>きびなご ごまフライ</p> <p>みそ まるむぎごはん けんちんじる</p>	<p>3 ぶんか ひ 文化の日</p>	<p>4</p> <p>ココアピーンズ</p> <p>パイনサラダ</p> <p>牛乳</p> <p>むぎごはん ハヤシライス</p> <p>こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう でんぶん ぶたにく だいず</p> <p>たまねぎ トマト にんじん しめじ しょうが にんにく キャベツ パイン きゅうり</p>	<p>5</p> <p>はるさめの すのもの</p> <p>さかなの こうみソース</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん キムチとらの スープ</p> <p>こめ でんぶん あぶら さとう ごまあぶら はるさめ ごま ホキ わかめ ぶたにく とうふ</p> <p>ねぎ しょうが にんにく キャベツ にんじん キムチ はくさい もやし にら しいたけ</p>	<p>6 やきそばのぐにい れてたべましよう!</p> <p>りんごのフルーツ ミックス</p> <p>牛乳</p> <p>やき チャーめん</p> <p>ミルクパン パリパリ やきそばのぐ</p> <p>パン やきチャーメン あぶら でんぶん ぶたにく ちくわ</p> <p>キャベツ たまねぎ しょうが もやし にんじん チンゲンサイ みかんゼリー しいたけ りんご パイン おうとう</p>
<p>9</p> <p>たかないため</p> <p>ちくさやき</p> <p>牛乳</p> <p>まるむぎごはん とりごぼう うどん</p> <p>こめ むぎ さとう ごまあぶら あぶら さとう うどん ちくさやき とりにく (かつおぶし・こんぶ) たまねぎ こまつな トマト にんにく はくさい だいこん にんじん ごぼう ねぎ しいたけ</p>	<p>10</p> <p>てづくり りんごゼリー</p> <p>ししゃもフライ</p> <p>牛乳</p> <p>コッパン はくさいの クリームスープ</p> <p>パン じゃがいも あぶら ゼリーのもと さとう ベーコン チーズ きゅうりにゅう いんげん ししゃもフライ たまねぎ はくさい にんじん りんごジュース</p>	<p>11</p> <p>きりぼしだいこんの すのもの</p> <p>さばの ソースに</p> <p>牛乳</p> <p>せきはん さつまじる</p> <p>もちこめ こめ あずき さとう ごま さつまいも こんにく さば とりにく みそ (いりこ) しょうが もやし きゅうり にんじん だいこん はくさい ごぼう ねぎ しいたけ</p>	<p>12</p> <p>みかん</p> <p>じゃこと こまつなサラダ</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん かいぐんカレー</p> <p>こめ じゃがいも あぶら さとう ごまあぶら とりにく チーズ きゅうりにゅう しらす たまねぎ にんじん トマト にんにく しょうが キャベツ こまつな みかん</p>	<p>13</p> <p>コールスロー</p> <p>フランクフルト</p> <p>牛乳</p> <p>きりめいり コッパン やさいスープ</p> <p>パン さとう じゃがいも あぶら フランクフルト ベーコン たまねぎ にんじん しめじ チンゲンサイ キャベツ きゅうり</p>
<p>16</p> <p>あじつけのり</p> <p>みずなの あえもの</p> <p>牛乳</p> <p>まるむぎごはん みそおでん</p> <p>こめ むぎ さとう ごま こんにく じゃがいも とりにく あつあげ ちくわ ずらたまご みそのり みそ (かつおぶし・こんぶ) だいこん にんじん もやし みずな</p>	<p>17</p> <p>ミックス ナッツ</p> <p>だいこんと ツナのサラダ</p> <p>牛乳</p> <p>こくとうパン ケチャップに</p> <p>パン マカロニ じゃがいも ごま さとう あぶら ノエグ マネズ アーモンド カシューナッツ ぶたにく ツナ たまねぎ にんじん しめじ にんにく トマト だいこん こまつな</p>	<p>18</p> <p>ごはんのうえに、にくとナムルのをせてたべましよう</p> <p>牛乳</p> <p>ヒピンバ (ナムル) ヒピンバ (にくいため)</p> <p>むぎごはん もずくとたまごの スープ</p> <p>こめ むぎ さとう あぶら ごまあぶら でんぶん ぶたにく たまご とうふ もずく (かつおぶし) しいたけ ねぎ しょうが にんにく もやし にら にんじん たまねぎ チンゲンサイ</p>	<p>19</p> <p>みかん</p> <p>くきわかめの サラダ</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん カレーマーボー</p> <p>こめ ごまあぶら さとう あぶら さとう とうふ ぶたにく だいず みそ くきわかめ たまねぎ にんじん しょうが ねぎ にんにく もやし みかん</p>	<p>20</p> <p>ポイルキャベツ</p> <p>しゃげフライ</p> <p>牛乳</p> <p>コッパン とうにゅういり コーンシチュー</p> <p>パン あぶら じゃがいも しゃげフライ いんげん ベーコン きゅうりにゅう とうにゅう キャベツ にんじん たまねぎ コーン チンゲンサイ</p>
<p>23</p> <p>きんろう かんしゃ 勤労感謝 の日</p>	<p>24</p> <p>りんごジャム</p> <p>かみかみサラダ</p> <p>牛乳</p> <p>しょくパン きのこ スパゲティ</p> <p>パン スパゲティ バター さとう あぶら りんごジャム カシューナッツ とりにく ベーコン チーズ しらす たまねぎ にんじん えのき しめじ こまつな しいたけ にんにく キャベツ きゅうり</p>	<p>25</p> <p>れんこんのみそ マヨいため</p> <p>いわしの しょうがに</p> <p>牛乳</p> <p>むぎごはん しらたまじる</p> <p>こめ むぎ こんにく あぶら ノエグ マネズ さとう しらたまもち いわしのしょうがに ぶたにく みそ かまぼこ あぶらあげ (かつおぶし・こんぶ) れんこん こまつな にんじん ねぎ しょうが はくさい だいこん しいたけ</p>	<p>26</p> <p>ほうれんそうの おかかあえ</p> <p>ごぼうの ミンチカツ</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん こんさいの みそしる</p> <p>こめ あぶら ごま さとう さつまいも かつおぶし とうふ みそ (いりこ) ごぼうのミンチカツ もやし ほうれんそう にんじん だいこん れんこん ねぎ</p>	<p>27</p> <p>ヨーグルト</p> <p>ナッツサラダ</p> <p>牛乳</p> <p>こめこいり にんじんパン わぎゅうポトフ</p> <p>パン あぶら じゃがいも さとう アーモンド きゅうりにゅう ヨーグルト</p> <p>にんにく だいこん たまねぎ にんじん チンゲンサイ もやし キャベツ</p>
<p>30</p> <p>れんこんの からあげ</p> <p>ぶたにくの ケチャップいため</p> <p>牛乳</p> <p>まる むぎごはん わかめのみそしる</p> <p>こめ むぎ さとう あぶら でんぶん ぶたにく とうふ あぶらあげ わかめ みそ (いりこ) たまねぎ しめじ ヒーマン れんこん にんにく しょうが こまつな にんじん</p>	<p>きいろの なかま</p> <p>あかの なかま</p> <p>みどりの なかま</p> <p>牛乳</p> <p>★こんげつのもくひょう★ よくかんでたべよう</p> <p>11月8日は「いい歯の日」です。じょうぶな歯で、しっかりと噛むことは、健康な生活をするためにとても大切です。よくかむことを意識して食事をしましよう!</p>	<p>11月の給食に登場する かみごたえのあるたべもの</p> <p>牛乳</p> <p>こぎかな わかめ しいたけ</p> <p>こんにく ごま ごぼう</p> <p>れんこん ナッツい</p> <p>このほかにも、みつけれれるかな?</p>	<p>給食停止のお知らせ</p> <p>●17日(火) 3年生</p> <p>●20日(金) 4年生</p> <p>●24・25・26日(火・水・木) 5年生</p>	