



11月 中学校給食

| 日 | 曜日 | パンまたはごはん | パン てんかぶつ | アレルギー個別対応 | 牛乳 | おかず |
|----|----|----------|-------------|-----------|----|-------------------------------------|
| 1 | 金 | ごはん | | | | 千草焼き みそ汁 ごまひじき |
| 5 | 火 | パン | | | | 豚肉のデミグラスソース スープ きゅうりのサラダ |
| 6 | 水 | ごはん | | | | あげどりのねぎだれかけ 含め煮 もやしのゆずの香あえ |
| 7 | 木 | パン | | | | ほたて貝のクリームシチュー キャベツとコーンのサラダ みかん |
| 8 | 金 | ごはん | | | | 豚肉とまいたけのいためもの つみれ汁 かぼちゃいいろう 焼きのり |
| 11 | 月 | ごはん | | | | さごしのおろしじょうゆかけ 五目豆 こまつなとはくさいの甘酢あえ |
| 12 | 火 | パン | いちごジャム | | | スープ煮 ほうれんそうのグラタン 白桃(缶) |
| 13 | 水 | ごはん | | | | ホイコウロー 中華スープ きゅうりの辛みづけ |
| 14 | 木 | パン | | | | 白身魚のフリッター スープ煮 ブロッコリーのサラダ |
| 15 | 金 | ごはん | | うずら卵 | | 中華丼 もやしの中華あえ りんご まっ茶大豆 |
| 18 | 月 | ごはん | | | | ビビンバ わかめスープ アーモンドフィッシュ |
| 19 | 火 | パン | マーマレード | | | 豚肉とキャベツのスープ煮 変わりピザ みかん |
| 20 | 水 | ごはん | | | | あかうおのしょうゆだれかけ みそ汁 きんぴらごぼう |
| 21 | 木 | パン | | | | 牛肉の香味焼き ケチャップ煮 うずら豆のグラッセ |
| 22 | 金 | ごはん | | | | さけとこまつなのご飯 豚肉とれんこんの甘辛焼き 冬野菜のみそ汁 |
| 25 | 月 | ごはん | | うずら卵 | | 関東煮 あっさりキャベツ のりのつくだ煮 |
| 26 | 火 | パン | | | | きのこのスペゲッティ 焼きとうもろこし りんご |
| 27 | 水 | ごはん | | | | えびフライカレーライス カリフラワーのピクルス 豆こんぶ |
| 28 | 木 | パン | バター | | | 鶏肉のガーリックマヨネーズ焼き スープ 黄桃(カット缶) |
| 29 | 金 | ごはん | | | | なまりぶしのしょうが煮 みそ汁 ほうれんそうのおひたし 焼きのり |