



11月 学校給食予定献立表(東部)



Table with 4 columns: 月, 火, 水, 木, 金. Each column has 2 sub-columns: 献立名, 材料名.

姉妹都市ミニニュー第二弾 ～「ゆば」って何からできているの?～
友好や親善のために自治体同士が提携を結んだ関係を「姉妹都市」といいます。
江戸時代に活動した「八王子千人同心」が縁で苫小牧市・東京都八王子市・栃木県日光市の3都市が盟約を結び、今年で50周年になります。

健康な歯を育てよう
11月8日は「いい歯の日」です。「118」が「いい歯」のゴロ合わせて日本歯科医師会が作った記念日です。

11月24日は和食の日です
和食に欠かせないだし「うま味」は、甘味・塩味・酸味・苦味と並ぶ5つの基本味の1つです。

1 ごはん
鶏肉入り中華スープ
肉しゅうまい
厚揚げと大根のオイスターソース炒め

Table with 2 columns: 献立名, 材料名. Includes nutritional values for 1st course.

- 牛乳は毎日つきますが、27日(水)は牛乳の代わりにジョアがつきます。
この日にスプーンがつきます。
都合により献立が変更となる場合があります。

5 ごはん
バーガーパン
クイッティオスープ
エビカツ
卵乳不使用タルタルソース

6 ごはん
白菜と春雨のスープ
春巻き
バランスアップサラダ

7 ナン
ポトフ
ドライカレー
アセロラゼリー

Table with 2 columns: 献立名, 材料名. Includes nutritional values for 2nd course.

11 ごはん
白菜と油揚げのみそ汁
日光ゆば丼
とちまるくん
いちごのムース

12 ごはん
黒糖パン
ABCスープ
肉団子ケチャップ味
キャベツとベーコンのソテー

13 ごはん
中華丼
カミカミタコメンチ
和風枝豆サラダ

14 ラーメン
もやしたっぷり
みそラーメン
揚げパオパオ(2個)

Table with 2 columns: 献立名, 材料名. Includes nutritional values for 3rd course.

18 ごはん
わかめスープ
ブルコギ

19 コッペパン
ジュリエンヌスープ
とうもろこしグラタン
豚肉ときのこのトマト煮

20 ごはん
油揚げと小松菜のみそ汁
いわしの煮付け梅風味
和風枝豆サラダ

21 うどん
肉うどん
野菜かき揚げ
グレーゼリーのフルーツ和え

Table with 2 columns: 献立名, 材料名. Includes nutritional values for 4th course.

25 ごはん
なめこのみそ汁
開拓丼
りんごゼリー

26 コッペパン
つぶつぶコーンスープ
照り焼きチキン
ハリハリサラダ

27 ごはん
ぎょうざスープ
ポテトコロッケ
白菜の中華和え
ジョアブレン

28 スパゲティ
セルフナポリタン
ハッシュポテト

Table with 2 columns: 献立名, 材料名. Includes nutritional values for 5th course.