

新献立の紹介

- 4日(火) 魚ひじきそばろ
小松菜のスパゲッティ
- 6日(木) たらのオーロラ煮
- 7日(金) カレーコロッケ
- 17日(月) 豚肉のごまみそ焼き
- 19日(水) もずく丼

11月23日は
勤労感謝の日

「勤労感謝の日」は、「勤労を
たつとび、生産を祝い、国民た
がい感謝しあう」日です。食
にかかわる人たちに感謝の気持
ちを伝えてみませんか。

感謝を込めて

「いただきます」「ごちそうさま」

みなさんはきちんと食事の
前後であいさつをしています
か？
「いただきます」は、命をいただ
くことへの感謝の気持ちを伝える
言葉です。また、「ごちそうさ
ま」には作ってくれた人々への
感謝の意味が込められてい

給食の感想や要望は
こちらのQRコード
からお願いします♪



3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)
文化の日	牛乳 豚肉のしょうが炒め 小松菜のスパゲッティ 魚ひじきそばろ 大学いも 新献立です♪	牛乳 ごはん 麻婆豆腐 チンゲン菜のナムル 無限ピーマン 肉まん 新献立です♪	牛乳 ごはん たらのオーロラ煮 ポテトサラダ 昆布の佃煮 肉野菜炒め 新献立です♪	ジョア(ストロベリー) ごはん セルフベッパーライス カレーコロッケ・マヨネーズ 新献立です♪
(栄養価)	768 32.9 17.8	(栄養価) 701 28.2 20.6	(栄養価) 803 35.4 26.5	(栄養価) 821 28.8 28.5
10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)
牛乳 から揚げ 小松菜の海苔和え 鮭そばろ 新献立です♪	牛乳 ごはん ドライカレー チンゲン菜とささみの炒め物 ベビーチーズ フライド長芋 新献立です♪	牛乳 菜めし ハムカツ 茶づけの塩昆布和え ガーリックポテト 新献立です♪	牛乳 ごはん もやしのナムル つば漬け にらまんじゅう 新献立です♪	牛乳 ごはん コッペパン たらフライ・ゆでキャベツ チョコクリーム 新献立です♪
(栄養価)	745 31.9 27.6	(栄養価) 761 30.4 24.2	(栄養価) 661 28.4 17.4	(栄養価) 908 30.9 37.9
17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)
アジドミルク ごはん 豚肉のごまみそ焼き れんこんのはさみ揚げ 黄桃缶 ツナごぼう炒め 新献立です♪	牛乳 ごはん 炊き込みご飯 大根サラダ 春雨のひき肉炒め みたらし団子 新献立です♪	牛乳 ごはん もずく丼 たらのごま揚げ ほうれん草の煮浸し にんじんしりしり 新献立です♪	牛乳 ごはん 豚キムチ 中華あえ 揚げ春巻 バイネ缶 新献立です♪	牛乳 ごはん 白菜の煮物 ホキのバーベキューソース ウインナーの炒め物 しば漬け 新献立です♪
(栄養価)	792 27.7 20.0	(栄養価) 865 30.5 31.3	(栄養価) 783 35.9 27.0	(栄養価) 758 26.2 23.1
24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
振替休日	牛乳 鶏肉の照り焼き ほうれん草のおかか和え 牛ひじきそばろ 新献立です♪	ごはん 新献立です♪	新献立です♪	新献立です♪
(栄養価)	769 35.4 26.2			

期末テストのため給食なし

※栄養価は、左からエネルギー(kcal)、たんぱく質(g)、脂質(g)の順に記載しています。