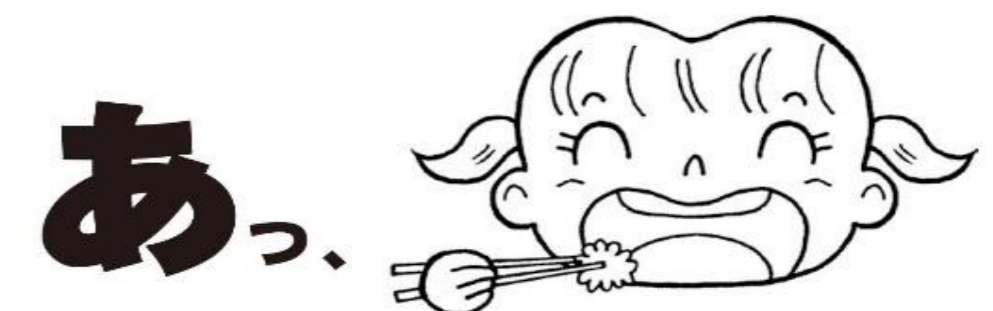


Main table containing 14 columns of menu items (献立名) and their corresponding ingredients (材料名) and quantities (使用量) for each day from 2nd to 17th of the month.

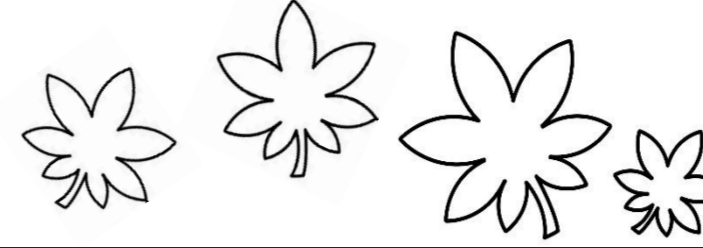
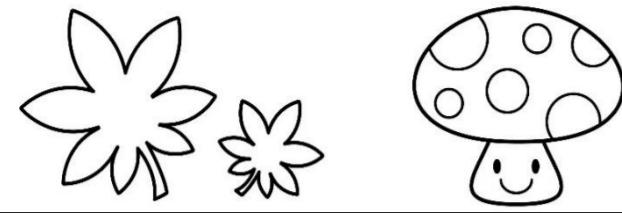
Main table containing 14 columns of menu items (献立名) and their corresponding ingredients (材料名) and quantities (使用量) for each day from 18th to 30th of the month.



あっ、 その一口食べる前に いただきます!

食事の前後のあいさつ。「めんどうだから」「恥ずかしいから」などの理由で、無言で食べている人はいませんか? 特にひとり食べる時など、あいさつはおそろそかになりがち。しっかりあいさつをする習慣をつけましょう。

献立紹介 12日(木) セルフチキンライスの食べ方. Includes an illustration of two children and text explaining how to eat the meal.



日・曜日	献立名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いんげん	オレシ	キウイフルーツ	牛肉	豚肉	鶏肉	大豆	さば	さげ	かぼち	まいたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ
2日(月)	牛乳 ごはん ポークビーンズ 野菜ソテー はたはたのから揚げ・ゆでカリフラワー・ゆでにんじん ひじきの炒め煮				●												●	●	●								
4日(水)	牛乳 ごはん 豚肉のしゃぶしゃぶおろし醤油かけ 小松菜のお浸し さわらの照り焼き・さつまいもスティック りんご缶				●												●				●					●	
5日(木)	牛乳 ごはん 鶏肉の甘酢あん もやしとにらの炒め物 海藻サラダ 小魚佃煮				●												●	●	●								●
6日(金)	牛乳 ごはん 里芋といかの煮物 さんまの松前煮 メンチカツ・ゆでキャベツ キャンディチーズ				●					●							●	●	●								●
9日(月)	牛乳 ごはん チキンのトマトソース グラタン ツナとキャベツのサラダ みかん缶				●												●	●	●								●
10日(火)	牛乳 ごはん 麻婆豆腐 いかのオイスター炒め 中華あえ あんこもち				●												●	●	●								●
11日(水)	牛乳 ごはん 白菜の煮物 さばのみそ煮 茎わかめのサラダ 虎豆の甘煮				●												●	●	●				●				●
12日(木)	牛乳 ごはん セルフチキンライス 粉ふきいも ブロッコリーとコーンのサラダ・ウインナー ミニゼリー				●												●	●									●
13日(金)	牛乳 ごはん 炒り豆腐 野菜炒め 鮭のごま揚げ・蒸しかぼちゃ のりの佃煮				●												●	●			●						●
16日(月)	牛乳 ごはん ポトフ 厚揚げのみそ炒め 根菜サラダ しば漬				●												●	●	●								●
17日(火)	牛乳 ごはん さわらの野菜あんかけ チンジャオロース 絆三絲 杏仁豆腐				●												●	●	●								●

日・曜日	献立名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いんげん	オレシ	キウイフルーツ	牛肉	豚肉	鶏肉	大豆	さば	さげ	かぼち	まいたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ
18日(水)	牛乳 ごはん カツ丼 きんぴら チンゲン菜の炒め物・蒸ししゅうまい たくあん漬				●												●	●									●
19日(木)	牛乳 ごはん ハンバーグのトマトソース フライドポテト スパゲッティサラダ アーモンド				●												●	●	●							●	
20日(金)	牛乳 ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め えびのチリソース 炊き合わせ りんごのコンポート				●			●									●	●									●
24日(火)	牛乳 ごはん カレーライス きのこのソテー 大根のサラダ・ゆでブロッコリー 福神漬				●									●			●	●	●								●
25日(水)	牛乳 ごはん 豆腐の野菜あんかけ 鮭とほうれん草のクリーム煮 チキンカツ・ゆでキャベツ もやしの甘酢煮				●												●	●	●								●
26日(木)	牛乳 ごはん あじのハーブフリッター カリフラワーとベーコンのソテー 煮物 ゆずあえ				●												●	●									●
27日(金)	牛乳 ごはん 肉じゃが 揚げぎょうざ さわらの塩焼き・ごまあえ 和なし缶				●												●	●	●								●
30日(月)	牛乳 ごはん 中華うま煮 ウインナーの炒め物 もやしのナムル 大学いも				●												●	●	●								●

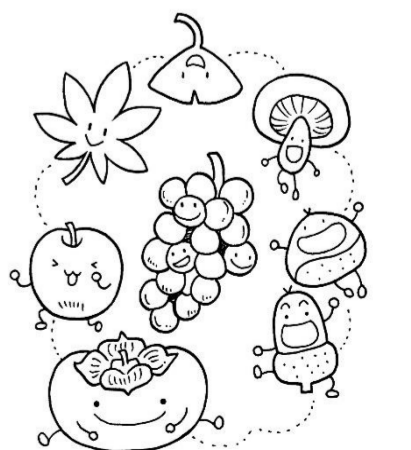
★食物アレルギーへの対応につきましては、えび・かに・卵・乳・落花生の5品目について、代替（除去）献立でアレルギー対応給食の提供を行います。（そばの使用はありません。）

★通常食では、揚げ物の油を複数回使いますが、アレルギー対応給食では、1回の使用で廃棄します。

★原材料として用いた場合のみに表示義務を課す現行のアレルギー表示制度では、コンタミネーションについては表示義務がありません。

**\* 11月23日は勤労感謝の日 \***

食べ物を作ってくれる人や、食べられることに感謝して、「いただきます」、「ごちそうさま」を言いましょう。



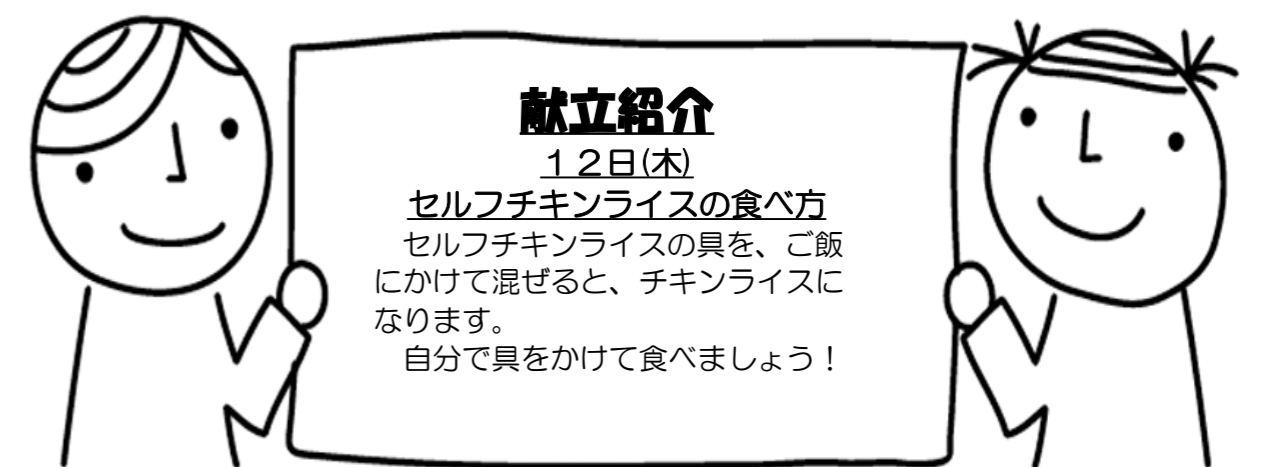
Main table containing menu items (献立名), ingredients (材料名), and nutrient values (栄養価) for dates from 2日(月) to 17日(火).

Main table containing menu items (献立名), ingredients (材料名), and nutrient values (栄養価) for dates from 18日(水) to 30日(月).



あっ、 その一口食べる前に いただきます!

食事の前後のあいさつ。「めんどうだから」「恥ずかしいから」などの理由で、無言で食べている人はいませんか? 特にひとりでお食事をしている時など、あいさつはおろそかになりがち。しっかりあいさつをする習慣をつけましょう。



献立紹介

12日(木) セルフチキンライスの食べ方 セルフチキンライスの具を、ご飯にかけて混ぜると、チキンライスになります。自分で具をかけて食べましょう!

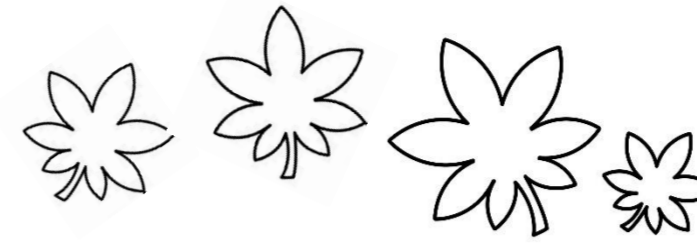
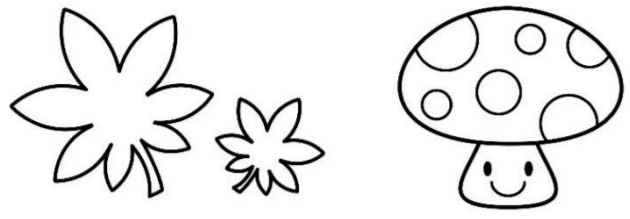


Table with columns for food items (小麦, そば, 卵, etc.) and rows for dates (2日(月), 4日(水), etc.) listing menu items and their allergen status.

Table with columns for food items (小麦, そば, 卵, etc.) and rows for dates (18日(水), 19日(木), etc.) listing menu items and their allergen status.

★食物アレルギーへの対応につきましては、えび・かに・卵・乳・落花生の5品目について、代替(除去)献立でアレルギー対応給食の提供を行います。(そばの使用はありません。)

★通常食では、揚げ物の油を複数回使いますが、アレルギー対応給食では、1回の使用で廃棄します。

★原材料として用いた場合のみに表示義務を課す現行のアレルギー表示制度では、コンタミネーションについては表示義務がありません。

\* 11月23日は勤労感謝の日 \*

食べ物を作ってくれる人や、食べられることに感謝して、「いただきます」、「ごちそうさま」を言いましょう。

