

令和3年

11月 きゅうしよくだより



香美町立村岡学校給食センター

TEL 99-5050

※都合により献立を変更する場合があります

月ようび	火ようび	水ようび	木ようび	金ようび
1 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ごもくたまごや 五目玉子焼き ちくわのみそサラダ おくずかけ	2 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 はるま 春巻き やさい 野菜のごまあえ さつまいものみそ汁 えだまめ 枝豆	3 ぶんかひ 文化の日 食よく 食べましょ う	4 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 にく とり肉のゴママヨ焼き しゅんぎく 春菊と白菜のおかかあえ とうふ 豆腐のすまし汁	5 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 あお はんぺんの青のり揚げ チャプチェ まだい 真鯛と大根の赤だし
8 ★カミカミ ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 かぼちゃコロッセ スパゲッティーサラダ コンソメスープ いちごレアチーズ いはひ いい歯の日 こんだて	9 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 かんこくふうや サワラの韓国風焼き さんしよく 三色あえ ソコギク いちごレアチーズ(小代中のみ)	10 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 にく 肉みそビーンズ だいこん 大根こんぶサラダ エビボールスープ	11 むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 とうがん 冬瓜カレー ハンバーグ かい 海そうサラダ りんご	12 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 やま 山ガレイのから揚げ ハンバンジーサラダ けんちん汁 かみちようぎよしよくだより <香美町魚食普及事業>
15 ★カミカミ ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそチキンカツ きりぼしだいこん 切干大根のサラダ とうにゅう 豆乳コーンスープ	16 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ぶた 豚キムチ あおな 青菜の白和え かしらあ かぼちゃのみそ汁	17 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 はっほうさい 八宝菜 こんにやくサラダ だいがく 大学いも	18 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 マカロニグラタン カラフルピクルス たまご 卵とベーコンのスープ	19 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 サワラのフライ やさい 野菜のゆかりあえ どんご汁 魚(とと)の日 かみちようぎよしよくだより <香美町魚食普及事業>
22 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 コーンとチーズのかき揚げ やさい 野菜の梅かつおあえ にく とり肉と大根の煮物	23 きんろうかんしゃひ 勤労感謝の日 「いただきます！」 感謝の心で	24 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそに サバの味噌煮 はくさい 白菜の酢の物 うお 魚そうめん汁 あじ 味つけのり(ノドグロ味) わしよくだより 和食の日 こんだて	25 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 スズキのハーブ焼き ブロccoliーサラダ たんたん 担々ビーフンスープ	26 チキンライス ぎゅうにゅう 牛乳 ギョウザの酢醤油かけ キヤベツのレモンあえ ABCスープ ガトーショコラ いそしよがっこう 射添小学校リクエスト
29 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 オムレツ ジャーマンポテト ぶたと根菜のブラウンシチュー	30 あおな 青菜むぎごはん ぎゅうにゅう 牛乳 にく とり肉のたつた揚げ やさい 野菜のゆずポン酢あえ ゆばのすまし汁	《こんだてより》 2日—村岡産黒豆の枝豆。食べられる時期が限られた旬の食材です。 8日—「いい歯の日こんだて」スパゲッティーサラダにごぼうとささみを入れます。 よくかんで食べましょう。デザートはカルシウムが豊富なチーズです。 12日、19日—魚食普及事業で今月は2回、魚をいただきます。 いそしよがっこう 射添小学校のリクエスト給食。6年生が考えました。		

★ジオンくんのついた日は、香美町産の魚を使っている日です。

★カミカミのついた日は、よくかんで食べましょう。

