

11月



こんだてひょう



給食回数 18 回

高砂・荒井・米田・米田西

月	火	水	木	金
1食あたり栄養価(献立作成時) エネルギー 590kcal たんぱく質 23.6g 市のホームページに 献立表がのっています	4 ごはん 牛乳 かんとくに コーンキャベツ かつおふりかけ	5 やながわふうどんぶり むぎごはん 牛乳 きりぼしだいこんの あまずに ヨーグルト	6 おうごんパン 牛乳 ワンタンスープ ほうれんそうとコーンの ソテー	7 ごはん 牛乳 マーボー豆腐 ヤムチャ
10 ごはん(少量) 牛乳 しっぽうどん (さといも) ひじきのいために 【地産地消 里芋】	11 パン 牛乳 にこみハンバーグ いんげんのソテー とうがんの たまごとじスープ 【地産地消 冬瓜】	12 ごはん 牛乳 ぶたにくのくろずいため いなかじる	13 こくとうパン 牛乳 きのこのシチュー ソーセージとやさいの ソテー	14 ごはん 牛乳 いわしのからあげ ちゅうかソース ほうれんそうともやしの ソテー ひつつみ
17 チキンカレー むぎごはん 牛乳 コールスローサラダ ぶどうゼリー	18 パン 牛乳 コロツケ キャベツ ソース とうにゅうのポタージュ 【地産地消 キャベツ】	19 ごはん 牛乳 うのはないり ぶたじる さかなふりかけ	20 こがたパン 牛乳 ツナトマスパゲティ じゃがいものサラダ キャンディチーズ	21 《和食の日》 ごはん 牛乳 さけのゆずふうみ こまつなのおひたし ばちじる 【地産地消 小松菜】
24 振替休日 	25 ごはん 牛乳 チキンなんばん タルタルふうドレッシング ポイルやさい ベーコンとチンゲンサイの スープ	26 ごはん 牛乳 ごまキムチ さんしょくソテー さつまいもとくりのタルト	27 パン 牛乳 ポークビーンズ かぼちゃのスープ チョコレートチルド	28 ごはん 牛乳 かつおとだいずの こはくに だんごじる のりのつくだに



いいにほんしょく

11月24日は
「和食の日」

日本人の伝統的な食文化について
見直し和食文化の保護・継承の大切
さについて考える日です。「和食」は、
自然の美しさや季節を表現し、年中
行事とも深くかかわっています。
和食や日本人の伝統的な食文化
について考えてみましょう。

*給食では21日(金)に実施します

感謝を込めて

いただきます ごちそうさま

食事の前後のあいさつには、食べ物の命をい
ただくことや、食事をつくるためにかかわった
人たちへの感謝の気持ちが込められています。
心をこめてあいさつをし、残さず食べましょう。

高砂市では、給食費を据え置き、食材費高騰分を
市が負担しています。