

11月



こんだてひょう



給食回数 18 回

北浜・伊保・伊保南・中筋・曽根・阿弥陀

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 マーボー豆腐 ヤムチャ	5 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	6 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	7 ごはん 牛乳 かんとくに コーンキャベツ かつおふりかけ
10 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	11 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	12 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】	13 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】	14 パン 牛乳 コロッケ 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】
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 ごはん 牛乳 ぶたにくのくろずいため いなかじる	19 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	20 《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】	21 ごはん 牛乳 うのはないり ぶたじる さかなふりかけ
24 振替休日	25 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	26 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	27 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	28 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



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20日(木)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。

©都合により献立を一部変更する場合があります。

【給食費について】給食費引落日 12月1日 4,400円 口座へのお金をお願いします。

この紙は再生紙を使用しています。

高砂市教育委員会