11月のこんだて

令和5年度

※献立は都合により、変更する場合があります。

10/30（月）	10/31（火）	1（水）	2（木）	3（金）
のマークが付いている日は学校で収穫されたさつまいもを使用します。 １１月２４日は「いい日本食の日」で、「和食の日」です。日本の伝統文化を感じながらいただきましょう。		豚丼 大根のみそ汁 牛乳	麦ごはん あじのごまみそ焼き 青じそ炒め すまし汁 牛乳	文化の日
6（月）	**7（火）**	**8（水）**	**9（木）**	**10（金）**
黒糖コッペ タンドリーチキン ブロッコリーのソテー ポテトのスープ 牛乳	ごはん 焼き魚（さば） 小松菜のごま炒め 豆腐のみそ汁 牛乳	かみかみの日 麦ごはん チキンカツ キャベツのゆかり炒め じゃがいものみそ汁 牛乳	麦ごはん チンジャオロース ニラの中華スープ 牛乳	ソフト麺ミートソース チンゲン菜のソテー ライチゼリー 牛乳
13（月）	**14（火）**	**15（水）**	**16（木）**	**17（金）**
コッペパン りんごジャム さわらのマヨネーズ焼き ほうれん草のソテー チキンスープ 牛乳	ごはん 肉団子の甘酢あん 中華炒め 五目スープ 牛乳	免疫力アップ献立 根菜カレー 福神漬け ハムとコーンのソテー ジョア	おいしがうれしが献立 麦ごはん かしわのじゅんじゅん チンゲン菜のみそ汁 牛乳	バターリッチ食パン 魚のレモンペッパー焼き キャベツと豚肉のソテー 豆乳スープ 牛乳
20（月）	**21（火）**	**22（水）**	**23（木）**	**24（金）**
コッペパン とんかつ キャベツともやしのソテー オニオンスープ 牛乳	ごはん 鶏肉のゆかり焼き 白菜炒め 根菜のみそ汁 牛乳	和食の日 麦ごはん 納豆 焼き魚（ホッケ） 切り干し大根煮 豚汁 牛乳	勤労感謝の日	食パン いちごジャム ポークチャップ 白菜スープ 牛乳
27（月）	**28（火）**	**29（水）**	**30（木）**	
くりコッペ 魚のカレーパン粉焼き きのこパスタ さつまいものシチュー 牛乳	ごはん 鶏肉のみそネーズ焼き もやし炒め のっぺい汁 牛乳	麦ごはん 豚肉と春雨の炒め物 豆乳 仕立ての野菜汁 牛乳	麦ごはん 煮魚（赤魚） キャベツのこんぶ炒め さつまいものみそ汁 牛乳	旬の食材を探してみよう！