

令和7年 11月 はいぜんたべかたひょう 北部

羽島市学校給食センター

◆ゴミは業者が回収します。 ★数ものについて 11月6日(木) シューマイ 幼 1こ 小 2こ 中 3こ 11月7日(金) 竹輪のお好み揚げ 幼・小4年まで 1こ 小5年から 2こ	4日(火) きりぼしだいこんとあおなのために ますのこうみやき しろごはん あさりのみそしる ごはんを中心に、焼き魚、煮物、みそ汁を組み合わせた和食の献立です。ごはんとおかずを交互に食べましょう。	5日(水) ◆ぶどうゼリードレッシング むしやさい かつおのたつたあげ さつまいもごはん 今日は桑原学園後期の健康を考えた希望献立です。秋の食材を使い、冬の寒さに負けない体づくりに役立つ献立を考えてくれました。	6日(木) ちゅうかどんのぐ ★シューマイ むぎごはん ちゅうかふうスープ 中国の料理を日本人向けにアレンジした献立です。ごはんに中華丼の具をのせてしっかり食べて、栄養を補給しましょう。	7日(金) ふくめに ★ちくわのおこのみあげ いっしょくようどん しっぽうどんのしる しっぽうどんは香川県の郷土料理です。秋から冬にかけてとれる野菜や体を温める働きのある根菜を使ったうどんです。
10日(月) いちごジャム キャベツのソテー にくだんごとレバーのケチャップソースかけ こめこパン チャウダー 今週は、栄養調査を行います。学校給食は栄養バランスがよいのでしっかり食べて、成長期に必要な栄養をとりましょう。	11日(火) ◆ひだりんご にくじゃが さけのしおやき しろごはん あいしょうじる 普段から食べなれているさけの塩焼きの献立です。汁物には、みそと相性のよい豆乳を使った相性汁を紹介します。	12日(水) ドレッシング ナムル ビビンバのぐ むぎごはん わかめスープ 今日は韓国のビビンバ、ナムル、わかめスープを紹介します。主菜のビビンバの具はごはんに混ぜていただきます。	13日(木) ◆まさきのかき ひじきのもの さわらのゆうあんやき むぎごはん とうふのすましじる 季節のゆずの皮と果汁を使ったさわらの柚庵焼きです。果物には、羽島市正木町の富有柿を出します。季節を味わいましょう。	14日(金) あまずあえ さつまいものてんぷら ソフトめん にくみそソース 肉みそソースを取り入れました。みそは大豆から作られ、たんぱく質、ビタミン、ミネラル、食物せんいが豊富な食品です。
17日(月) ドレッシング いりどりサラダ ポークビーンズ しょくパン コンスープ ポークビーンズは、豚肉と白いんげん豆をトマトで煮込むアメリカの代表的な家庭料理です。今日の給食には大豆を使用しました。	18日(火) ココアぎゅうにゅうのもと かぼちゃのそぼろに とりにくのからあげ しろごはん ぐだくさんみそしる 竹鼻中学校の健康を考えた希望献立です。野菜をたっぷり使うことで、体の調子を整えるビタミン類がしっかりとれる献立です。	19日(水) いもだいふく ごもきんぴら かんボラのフライ ふきよせごはん 給食センターの炊き込みごはんの日です。秋風に吹かれて色とりどりの木の葉や実が集まった様子を表した炊き寄せごはんです。	20日(木) ◆なんのうみかん ブロッコリーとじゃがいものおかかあえ あゆのふゆうがきソースだれ むぎごはん トマトのすましじる 今日は「食育の日」にちなんで献立です。岐阜県の地場産物や料理を組み合わせました。地元の食べ物を楽しみましょう。	21日(金) フルーツあえ ウインナー こがたパン やきそば 今年度初の焼きそば献立です。不足するエネルギーを小型パンで補います。焼きそばパンやウインナーパンにして食べましょう。
24日(月) ふりかえきゅうじつ 振替休日	25日(火) あおなとひじきのマヨネーズあえ ちくさやき しろごはん とんじる 肌寒くなり豚汁を取り入れました。豚肉と様々な野菜を煮込んだ豚汁は、体を温め栄養バランスもすぐれています。	26日(水) やさいのソテー れんこんチップス むぎごはん おくみのふうカレー 今日は、岐阜県郡上市のご当地グルメをアレンジした奥美濃風カレーです。仕上げにみそを加えて作ります。	27日(木) ならのつぺ さばのたつたあげ むぎごはん あすかじる だしを味わう和食の日にちなんで献立です。奈良県の郷土料理を紹介します。だしを使った料理を味わいましょう。	28日(金) ◆ヨーグルト ドレッシング おんやさい はるまき いっしょくようラーメン とんこつラーメンスープ なかしまちゅうがっこう けんこう かんが ぎょう 中島中学校の健康を考えた希望献立です。体を作るために必要なたんぱく質やビタミンがとれる献立を考えてくれました。