

令和7年 11月 はいぜんたべかたひょう 南部

羽島市学校給食センター

<p>◆ゴミは業者が回収します。</p> <p>★数ものについて 11月6日(木) シューマイ 幼 1c 小 2c 中 3c</p> <p>11月7日(金) 竹輪のお好み揚げ 幼・小4年まで 1c 小5年から 2c</p>	<p>4日(火)</p> <p>きりばしらいこんとあおな のいたために</p> <p>ますの こうみ やき</p> <p>しろごはん あさりのみそしる</p>	<p>5日(水)</p> <p>◆ぶどうゼリー ドレッシング</p> <p>むし やさい</p> <p>かつおの たつた あげ</p> <p>さつまいもごはん</p>	<p>6日(木)</p> <p>ちゅうかどんのぐ</p> <p>★シュー マイ</p> <p>むぎごはん ちゅうかふうスープ</p>	<p>7日(金)</p> <p>ふくめに</p> <p>★ちくわの おこのみ あげ</p> <p>いっしょくようどん しつぼくうどんのしる</p>
	<p>ちゅうしん や さかな にもの ごはんを中心、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。</p>	<p>きょう くわばらがくえんにうき 今日は桑原学園後期の健康を考 えた祝い献立です。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。</p>	<p>ちゅうごく りょうり にほんじんむ 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 丼の具のせてしっかり食べて、 栄養を補給しましょう。</p>	<p>しつぼくうどんは香川県の郷土 料理です。秋から冬にかけてそれ 野菜や体を温める働きのある根 菜を使ったうどんです。</p>
<p>10日(月)</p> <p>いちごジャム キャベツのソテー</p> <p>こめこパン チャウダー</p>	<p>11日(火)</p> <p>◆ひだりんご</p> <p>にくじやが</p> <p>さけの しおやき</p> <p>しろごはん あいしょうじる</p>	<p>12日(水)</p> <p>ドレッシング</p> <p>ナムル</p> <p>ビビンバ のぐ</p> <p>むぎごはん わかめスープ</p>	<p>13日(木)</p> <p>◆まさきのかき ひじきの にもの</p> <p>さわらの ゆうあん やき</p> <p>むぎごはん とうふのすまじる</p>	<p>14日(金)</p> <p>あまざ あえ</p> <p>さつまいも のてんぶら</p> <p>ソフトめん にくみソース</p>
<p>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 でしっかりと食べて、成長期に必要 な栄養をとりましょう。</p>	<p>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。</p>	<p>今日は韓国料理のビビンバ、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せて いただきましょう。</p>	<p>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、 羽島市正木町の富山柿を出しま す。季節を味わいましょう。</p>	<p>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。</p>
<p>17日(月)</p> <p>ドレッシング</p> <p>いろどり サラダ</p> <p>しょくパン コーンスープ</p>	<p>18日(火)</p> <p>ココアぎゅうにゅうのもと かぼちゃのそぼろに</p> <p>とりにく のから あげ</p> <p>しろごはん ぐだくさんみそしる</p>	<p>19日(水)</p> <p>いもだいふく ごもくきんぴら</p> <p>かんボラ のフライ</p> <p>ふきよせごはん</p>	<p>20日(木)</p> <p>◆なんのうみかん</p> <p>ブロッコリーとじゃがいもの おかかあえ</p> <p>あゆの ふゆう がきソースだれ</p> <p>むぎごはん トマトのすまじる</p>	<p>21日(金)</p> <p>フルーツあえ</p> <p>ウイ ンナー</p> <p>こがたパン やきそば</p>
<p>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 給食には大豆を使いました。</p>	<p>ぶたにく しろ まめ いこ 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 給食には大豆を使いました。</p>	<p>きゅうしょく た けい かん 給食センターの炊き込みごはん ひの日です。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 を表した吹き寄せごはんです。</p>	<p>今日は「食育の日」にちなんだ献 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 物を味わいましょう。</p>	<p>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 おぎないます。焼きそばパンやウイン ナーパンにして食べましょう。</p>
<p>24日(月)</p> <p>ぶりかえきゅうじつ 振替休日</p>	<p>25日(火)</p> <p>あおなとひじきのマヨネーズ あえ</p> <p>ちぐさ やき</p> <p>しろごはん とんじる</p>	<p>26日(水)</p> <p>やさいのソテー</p> <p>れんこん チップス</p> <p>むぎごはん おくみのふうカレー</p>	<p>27日(木)</p> <p>ならのっぺ</p> <p>さばの たつた あげ</p> <p>むぎごはん あすかじる</p>	<p>28日(金)</p> <p>◆ヨーグルト ドレッシング</p> <p>おん やさい</p> <p>はるまき</p> <p>いっしょくようラーメン とんこつラーメンスープ</p>
	<p>はだぎむ とんじる と い 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 優れています。</p>	<p>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力 レです。仕上げにみそを加えて 作りります。</p>	<p>だしを味わう和食の日にちんだ 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。</p>	<p>なかしまちゅうがっこう けんこう かんが 中島中学校の健康を考えた希望 からだづくひつよう 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。</p>