



# 11月予定献立表



日	曜日	主食 牛乳	副食
1	水	コッペパン 牛乳	コーンエッグ 白菜とパインのサラダ ポークビーンズ ヨーグルト
2	木	ごはん 牛乳	魚のもみじ焼き 五目豆 団子入りごまみそ汁 郷土食献立
6	月	ごはん 牛乳	鯖のホイル焼き ほうれん草と切干大根の浸し 韓国風肉じゃが
7	火	ごはん 牛乳	ふくらぎの柚子味噌かけ お酢合い 里芋のそぼろ煮 学校給食とやまの日
9	木	ごはん 牛乳	かにシューマイ 大根サラダ 麻婆豆腐 干しプルーン
10	金	1/2コッペパン 牛乳	鶏肉の照り焼き フルーツあえ ソフト麺のコーンクリームかけ
13	月	ごはん 牛乳	いわしのみぞれ煮 豚肉の野菜炒め 油揚げと白菜のみそ汁 柿
14	火	栗ご飯 牛乳	塩さば 青菜のゆばあえ さつま汁 みかん
15	水	国吉りんごパン 牛乳	高岡昆布コロッケ ドレッシングあえ グリーンラーメン 学校給食たかおかの日①
16	木	ごはん 牛乳	大豆とじゃがいもの青のり風味 きゅうりときゃべつの塩もみ 豆腐と大根のみそ汁
17	金	国吉きのこのチキン南蛮丼 牛乳	茹でブロッコリー 中華風卵スープ ぶどうゼリー たかおか食19井献立
20	月	ごはん 牛乳	ふくらぎのみりん焼き かぶの色とり 高岡の煮しめ メロンゼリー 学校給食たかおかの日②
21	火	チキンカレー 牛乳	オムレツ 青菜のごまあえ
22	水	食パン 牛乳	大学芋 中華ドレッシングサラダ かきたまスープ スライスチーズ
24	金	米粉入りパン 牛乳	えびのチリソース煮 粉吹き芋 春雨スープ
27	月	ごはん 牛乳	里芋ハンバーグ 野菜とベーコンのソテー 白ねぎのみそ豆乳シチュー りんご
28	火	ハム入りしそごはん 牛乳	ゴーセイなメンチカツ 枝豆サラダ 氷見うどん汁 6市のミックスゼリー 呉西な日!! (J-セイな日)
29	水	食パン 牛乳	豚肉とレバーのケチャップがらめ ブロッコリーサラダ ポテトスープ いちごジャム
30	木	ごはん 牛乳	白身魚のカレー醤油焼き かぶの甘酢あえ 塩こうじ鍋 納豆

11月の平均栄養摂取量 エネルギー:651kcal たんぱく質:26.0g 脂質:19.4g  
参考:栄養基準量は中学年の基準量(エネルギー:650kcal たんぱく質:21~33g 脂質:14~22g)

※都合により献立を変更することがあります。

◆お知らせ◆

- 1日(水)1・2年生は終日校外学習のため、給食はありません。
- 2日(木)6年生は終日校外学習のため、給食はありません。
- 8日(水)県西部地区小学校教育課程研究集会のため給食はありません。

