



# 11月 こんだて

日にち	主食	牛乳	メニュー				
1 (月)			焼き肉 <sup>にく</sup> チャーハン	ごまキムチスープ	オレンジゼリー		
2 (火)		○	ごはん	さばの文化 <sup>ぶんかほ</sup> 干し	きりぼしだいこん <sup>に</sup> の煮もの	呉汁 <sup>こじり</sup>	
4 (木)		○	わかめごはん	オムレツ	わふう <sup>わふう</sup> 和風サラダ	ようふう <sup>ようふう</sup> 洋風スープ	6-2(1班) 作成献立
5 (金)		○	チャンポンラーメン	かいそうい <sup>かいそうい</sup> 海藻入りサラダ	くだもの(りんご)		
8 (月)		○	ごはん	だいず <sup>だいず</sup> 大豆とじゃこのふりかけ	にくとうふ <sup>にくとうふ</sup> 肉豆腐	かぶときゅうりの かつおしょうゆがけ	いい歯 <sup>は</sup> の日 <sup>ひ</sup>
9 (火)		○	きのこごはん	しろみざかな <sup>しろみざかな</sup> 白身魚のもみじ焼き	からし <sup>あえ</sup> 和え	みそ汁 <sup>しる</sup>	
10 (水)		○	セサミトースト	パプリカシチュー	グリーンサラダ		
11 (木)		○	マーボーどん	ごぼうチップ <sup>い</sup> 入りサラダ	くだもの(みかん)		
12 (金)		○	しらすごはん	チーズinハンバーグ	フレンチサラダ	真 <sup>ま</sup> だくさんみそ汁 <sup>しる</sup>	6-2(7班) 作成献立
15 (月)		○	ごはん	こんぶ <sup>こんぶ</sup> ふりかけ	だいこん <sup>だいこん</sup> と里芋 <sup>さと芋</sup> のそぼろ煮	くき <sup>くき</sup> 茎わかめのサラダ	
16 (火)		○	ミルクパン	ビーンズコロッケ	やさい <sup>やさい</sup> 野菜ソテー	たまごスープ	
17 (水)		○	スパゲティミートソース	イタリアンサラダ	くだもの(ラ・フランス)		
18 (木)		○	さんまのひつまぶしごはん	いとかんてん <sup>いとかんてん</sup> 糸寒天のごま酢 <sup>す</sup> 和え	なめこ汁 <sup>しる</sup>		
19 (金)		○	チキンカレーライス	ツナと小松菜 <sup>こまつな</sup> のサラダ	くだもの(りんご)	おんがくかい <sup>おんがくかい</sup> 音楽会♪	
24 (水)		○	ガーリックトースト	ポトフ	フルーツヨーグルト		
25 (木)		○	ごはん	ヤンニョムチキン	ナムル	トック <sup>い</sup> 入りわかめスープ	かんこくりょうり <sup>かんこくりょうり</sup> 韓国料理
26 (金)		○	かきたまうどん	れんこんサラダ	スイートポテト		
29 (月)		○	ちゅうかごもく <sup>ちゅうかごもく</sup> 中華五目おこわ	ししゃもの <sup>ころもあ</sup> ごま衣揚げ	とうふ <sup>とうふ</sup> と春雨 <sup>はるさめ</sup> のスープ		
30 (火)		○	ごはん	さけの香味 <sup>こうみや</sup> 焼き	いそ <sup>あ</sup> 和え	とんじる <sup>とんじる</sup> 豚汁	

※食材調達等の都合により献立の一部を変更することがあります。

6年生が家庭科の学習で「栄養バランス」「好み」「色どり」「味のバランス」「旬」「予算」などを工夫し、『汐入小のみんなに喜んでもらえ、健康を考えた給食の献立』を考えました。11～2月、各クラス2グループの考えた献立を給食に取り入れていく予定です。