



## 11月の献立予定表



日 曜	主食	飲み物	おかず	カロリー	☆行事予定☆
1 木	カスタードコッペパン	牛乳	ツナひじきサラダ じゃがもちスープ・果物	799	
2 金	吹き寄せご飯	牛乳	小魚の二色揚げ・野菜のごま醤油和え みそ汁	795	
3 土	キムチチャーハン	牛乳	パリパリポテトサラダ 中華卵スープ	773	文化祭(展示) 3年生 進路説明会
5 月					
6 火	タンメン	牛乳	ジャンボ餃子 こんにゃくサラダ	842	専門委員会 三者面談始
7 水	ご飯	牛乳	鶏肉とじゃが芋の味噌煮 塩昆布和え	802	連合演劇発表会
8 木	フィッシュバーガー	牛乳	ポテトスープ フルーツパイオカ	872	
9 金	タコライス	牛乳	フレンチサラダ 果物	800	連合駅伝大会
12 月	金時ご飯	牛乳	魚の照り焼き・白滝のピリ辛炒め 豚汁	761	朝礼1 連合駅伝大会予備日
13 火	ココア揚げパン	牛乳	いも入りサラダ 卵とわかめのスープ	760	三者面談終
14 水					後期中間考査 1日目
15 木					後期中間考査 2日目
16 金					後期中間考査 3日目
19 月	小松菜のペペロンチーノ	ジョア	コーンサラダ 小松菜マフィン	844	朝礼2 到達度・避難訓練
20 火	ご飯	牛乳	魚のみぞれかけ・ひじきの煮物 みそ汁	838	中央委員会
21 水	中華丼	牛乳	バンサンスー 果物	769	
22 木	チーズパン	牛乳	かぼちゃオムレツ・ごまみそサラダ オニオンスープ・果物	820	
23 金					勤労感謝の日
26 月	チリビーンズライス	牛乳	カリカリじゃこサラダ 果物	837	朝礼生
27 火	味噌けんちんうどん	牛乳	ささ身のごま和え 抹茶蒸しパン	785	
28 水	ご飯	牛乳	魚のねぎだれかけ・れんこんきんぴら みそ汁	798	
29 木	ハニートースト	牛乳	ポークシチュー ごぼうのサラダ	825	
30 金	ご飯	牛乳	和風きのこハンバーグ・えびの和え物 みそ汁	854	1年生 歯科講話

※都合により、献立および食材が変更になる可能性があります。ご了承ください。