

11月A

和食のよさを知ろう

幼小		主食	主菜	副菜・汁物		デザート その他	備考
3	月	文化の日					
4	火	ごはん	●蓮根のはさみ揚げ	チンゲンサイの 和え物	ゆばのすまし汁		東幼、 東小4年なし
5	水	麦ごはん	厚揚げコロコロ マーボー	煮干しと大豆の あめがらめ	中華あえ		東小特支、浅羽東小6年 北小1年なし 試食12人
6	木	バーガーパン	●フィッシュフライ	コールスロー	レタス入り スープ		東幼、西幼、田原幼、西小、東 小、浅羽東小6年なし
7	金	ごはん	秋の味覚カレー (ツナ)浅羽東：芋	海藻サラダ		フルーツ ヨーグルト	幼3園、こども園 なし
10	月	ごはん	●鶏のから揚げ	きんぴらごぼう	味噌汁	幼3園おにぎり	東小1年なし
11	火	ごはん	高野豆腐のうま煮	おかかあえ	じゃが芋の 青のり和え		北小2年なし
12	水	ごはん	卵焼き	ゆかり和え	すきやき煮		西幼、田原幼、 西小6年、北5年なし
13	木	ロールパン	ハンバーグ	●キャラメル ナッツ ポテト	ポトフ	東小希望献立	東幼、西小6年 なし
14	金	麦ごはん	さけのもみじ焼き	野菜の炒め物	けんちん汁		東幼、浅羽東 こ、西小2年なし
17	月	ごはん	厚揚げのあんかけ	青菜のあえもの	肉じゃが		
18	火	ごはん	豚肉のおろしだれ	小松菜としいたけ のピリ辛和え	ふくろいのおいしさいっ ぱいみそ汁北小芋	ヨーグルト	
19	水	さくら麦ごはん	赤魚の塩こうじ焼き	秋のふきよせ	かきたま汁		西幼、田原幼、 北小6年なし
20	木	食パン	ブルドポーク	●ジョジョポテト	野菜スープ		東幼、北小6年
21	金	ごはん	鯖の塩焼き	白菜の昆布和え	うち豆入り味噌汁		田原幼、西小5 年なし
24	月	勤労感謝の日					
25	火	ソフトめん	ミートソース	秋のチーズ焼き	野菜サラダ		
26	水	わかめごはん	●メンチカツ	いそかあえ	どまんなか汁		
27	木	ロールパン	さんまのパン粉焼き	さつまいもの サラダ	チンゲンサイのク リームスープ		東幼、田原幼、東 小6年なし
28	金	ごはん	鶏肉のみそ焼き	卵の花煮	大根のすまし汁	柿	田原幼、東小6年 なし

11月B

和食のよさを知ろう

R7.12.15

		主食	主菜	副菜・汁物		デザート その他	備考		
3	月	文化の日							
4	火	ごはん	厚揚げコロコロマー	煮干しと大豆の あめがらめ	中華あえ				
5	水	食パン	ブルドポーク	●ジョジョポテト	野菜スープ	チーズ (中のみ)	試食12名		
6	木	麦ごはん	秋の味覚カレー (ツナ)	海藻サラダ		フルーツ ヨーグルト	袋井中なし		
7	金	ごはん	●蓮根のはさみ揚げ	チンゲンサイの 和え物	ゆばのすまし汁		南中特支なし		
10	月	ごはん	鯖の塩焼き	白菜の昆布和え	うち豆入り味噌 汁		南小・高南小なし		
11	火	ソフトめん	ミートソース	秋のチーズ焼き	野菜サラダ				
12	水	ごはん	さけのもみじ焼き	野菜の炒め物	けんちん汁	ふりかけ (中のみ)			
13	木	麦ごはん	鶏肉のみそ焼き	卵の花煮	大根のすまし汁		高南小5年なし		
14	金	バーガーパン	●フィッシュフライ	コールスロー	レタス入りスー プ(肉団子小麦)	スライスチー ズ(中のみ)			
17	月	わかめごはん	●メンチカツ	いそかあえ	どまんなか汁		試食6名		
18	火	ごはん	卵焼き	ゆかり和え	すきやき煮				
19	水	ロールパン	ハンバーグ	●キャラメル ナッツ ポテト	ポトフ	東小希望献立			
20	木	さくらごはん	赤魚の塩こうじ焼き	秋のふきよせ	かきたま汁		高南小2年なし		
21	金	ごはん	豚肉のおろしだれ	小松菜としいたけ のピリ辛和え	ふくろいのおいし さいっぱいみそ汁	柿	南小、高南6年なし		
24	月	勤労感謝の日							
25	火	ごはん	厚揚げのあんかけ	青菜のあえもの	肉じゃが		高南小1年なし		
26	水	ロールパン	さんまのパン粉焼き	さつまいもの サラダ	チンゲンサイのク リームスープ				
27	木	麦ごはん	高野豆腐のうま煮	おかかあえ	じゃが芋の 青のり和え	ヨーグルト			
28	金	ごはん	●鶏のから揚げ	きんぴらごぼう	味噌汁		南小なし		