

11月 こんだてひょう

11月の給食目標

「食べ物の栄養について

考えよう！」

みんなの体のことを考えて用意された食事を残さず食べて元気な体をつくっていきましょう。



「11月8日 いい歯の日」

かめばかむほど出てくるだえきは、虫歯を防ぎ、食べ物の消化をたすけます。よくかんで食べることは体や歯の健康にとって大切なことです。



←このマークがある日は「カミカミメニュー」の日です。

すがたをかえる大豆

大豆は豆として食べるだけでなく、いろいろな食品にすがたを変えて給食に登場しています。どんなものがあるか探してみましよう。



舞鶴市立中筋小学校
令和元年10月31日

1日(金)

パン いちごジャム
ぎゅうにゅう
ポークビーンズ
大根サラダ
「ビーンズ」は英語で豆のことです。大豆とグリーンピースが入っています。



4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)
<p>振替休業日</p>	<p>豚肉ビビンバ ぎゅうにゅう トックスープ</p>	<p>黒糖パン ぎゅうにゅう 鮭とブロッコリーの豆乳グラタン コーンスープ</p>	<p>新メニュー！ 麦ごはん ぎゅうにゅう 高野豆腐の中華煮 春雨スープ</p>	<p>セルフドッグ ぎゅうにゅう かぼちやのポタージュ</p>
<p>11日(月)</p> <p>ごはん 味付けのり ぎゅうにゅう アジの甘酢ソースかけ 大根のみそ汁</p>	<p>12日(火)</p> <p>大豆入りドライカレー ぎゅうにゅう じゃがいものチーズ煮 コンソメスープ</p>	<p>13日(水)</p> <p>全粒粉パンのツナサンド ぎゅうにゅう 白菜スープ 手作りスイートポテト</p>	<p>14日(木)</p> <p>木の葉丼 ぎゅうにゅう 小松菜とじゃこの炒め煮</p>	<p>15日(金)</p> <p>小型パン ぎゅうにゅう かやくうどん ごま和え</p>
<p>18日(月)</p> <p>ごはん ぎゅうにゅう マーボー豆腐 かんぴょうサラダ</p>	<p>19日(火)</p> <p>はなやかごはん ぎゅうにゅう エテカレイのから揚げ さつま汁</p>	<p>20日(水)</p> <p>味つけパン ぎゅうにゅう スラッピージョー ポトフ</p>	<p>21日(木)</p> <p>スイーツカレーライス ぎゅうにゅう フルーツサラダ 福神漬</p>	<p>22日(金)</p> <p>パン ぎゅうにゅう ニギスの磯辺ごまフライ キャベツソース ミネストローネ</p>
<p>25日(月)</p> <p>ごはん ぎゅうにゅう サバの塩焼き かんぴょうのきんぴら すまし汁</p>	<p>26日(火)</p> <p>さつまいもごはん ぎゅうにゅう まごわやさしいみそ煮込み 厚揚げのみそ汁</p>	<p>27日(水)</p> <p>ミルクパン ぎゅうにゅう ブロッコリーサラダ コーン米粉シチュー</p>	<p>28日(木)</p> <p>麦ごはん ぎゅうにゅう おから 白菜と肉団子のスープ</p>	<p>29日(金)</p> <p>きな粉揚げパン ぎゅうにゅう 切り干し大根のナムル かきたま汁</p>

※警報などによる給食中止の影響で、こんだてを変更する場合があります。ご了承ください。

