

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
-----	-----	-----	-----	-----

# 平成30年 11月 献立表

献立のテーマ「給食に使われる益田の食べ物を知って味わおう」

高津学校給食センター

<p>副菜皿 主菜皿 <small>牛乳</small></p> <p>ご飯食器 汁食器</p>	<p>副菜皿 主菜皿 <small>牛乳</small></p> <p>カレー皿 汁食器</p>		<p><b>1</b> ひじきのナムル <small>鶏肉と高野豆腐のチリソース炒め</small> <small>牛乳</small></p> <p>ご飯 わかめスープ</p>	<p><b>2</b> ほうれん草とキャベツの和え物 <small>さんまのみぞれ煮</small> <small>牛乳</small></p> <p>ご飯 さつまいものみそ汁</p>
<p><b>5</b> ツナとアーモンドのサラダ <small>チキンカツ</small> <small>牛乳</small></p> <p>ご飯 かぶと白菜のクリーム煮</p>	<p><b>6</b> 海藻サラダ <small>いわしのおかか煮</small> <small>牛乳</small></p> <p>ご飯 肉じゃが</p>	<p><b>7</b> 大根の中華和え <small>●ビビンバの具</small> <small>牛乳</small></p> <p>麦ご飯 具沢山生姜スープ</p>	<p><small>～いい歯の日～</small></p> <p><b>8</b> カミカミサラダ <small>ししやものカラフルドレッシング</small> <small>牛乳</small></p> <p>大豆とひじきのご飯 <small>カルシウムたっぷりみそ汁</small></p>	<p><b>9</b> 花野菜のレモンドレッシングサラダ <small>豚肉とエリンギのオイスター炒め</small> <small>牛乳</small></p> <p>ご飯 白菜と厚揚げのスープ</p>
<p><b>12</b> 大豆サラダ <small>ホキのユーリン</small> <small>牛乳</small></p> <p>ご飯 トマトとマカロニのスープ</p>	<p><b>13</b> ゆずサラダ <small>牛肉と切り干し大根の炒め煮</small> <small>牛乳</small></p> <p>ご飯 春雨のすまし汁</p>	<p><b>14</b> おからサラダ <small>ニギスの抹茶フライ (小1尾、中2尾)</small> <small>牛乳</small></p> <p>菜飯 ●たまごスープ</p>	<p><b>15</b> ふるさとサラダ <small>益田鶏の和風きのこソースかけ</small> <small>牛乳</small></p> <p>ご飯 あごだんごのみそしる</p>	<p><small>～益田食育の日～</small></p> <p><b>16</b> キャベツのごま和え <small>さごしのパン粉焼き</small> <small>牛乳</small></p> <p>ご飯 鶏汁</p>
<p><b>19</b> フルーツ和え <small>タコライス of 具</small> <small>牛乳</small></p> <p>ご飯 ベーコンスープ</p>	<p><small>～保小中連携献立～</small></p> <p><b>20</b> 揚げ入りおひたし <small>鮭の柚庵焼き</small> <small>牛乳</small></p> <p>ご飯 芋煮汁</p>	<p><b>21</b> ●バンサンスー <small>シューマイ (小2個、中3個)</small> <small>牛乳</small></p> <p>麦ご飯 マーボー大根</p>	<p><b>22</b> 益田野菜の元気サラダ <small>白身魚フライ</small> <small>牛乳</small></p> <p>ご飯 五目野菜スープ</p>	<p><b>23</b> <b>勤労感謝の日</b></p>
<p><small>～和食の日献立～</small></p> <p><b>26</b> れんこん きんぴら <small>さばの塩焼き</small> <small>牛乳</small></p> <p>ご飯 かぶのみそ汁</p>	<p><b>27</b> りんご 里芋コロッケ <small>牛乳</small></p> <p>ご飯 根菜カレー</p>	<p><b>28</b> カラフルサラダ <small>●ツナマヨオムレツ</small> <small>牛乳</small></p> <p>麦ご飯 冬野菜のポトフ</p>	<p><b>29</b> 冬野菜の甘酢和え <small>はまちの塩麴焼き</small> <small>牛乳</small></p> <p>ご飯 豆腐の葛汁</p>	<p><b>30</b> 納豆サラダ <small>豚肉の生姜焼き</small> <small>牛乳</small></p> <p>ご飯 里芋のみそ汁</p>