



11月よていにんだてひょう



目標：感謝して食べよう

平鹿学校給食センター 令和5年

月	火	水	木	金
		1	2	3
<div data-bbox="112 488 691 707" data-label="Text"> <p>22日(水)のごはんは、新米の サキホコレです</p> </div> 		<div data-bbox="795 460 1020 707" data-label="Text"> <p>ごはん 牛乳 ポークハヤシ カラフルサラダ メロン</p> </div>	<div data-bbox="1205 499 1495 664" data-label="Text"> <p>公開研究会の ため給食は ありません</p> </div>	<div data-bbox="1619 488 1812 718" data-label="Text"> <p>文化の日 </p> </div>
6	7	8	9	10
<div data-bbox="54 817 382 1064" data-label="Text"> <p>ごはん 牛乳 とり肉のごま焼き ツナとひじきのサラダ なるとのすまし汁</p> </div>	<div data-bbox="428 817 776 1064" data-label="Text"> <p>ごはん 牛乳 さけチーズフライソースがけ くきわかめとメンマの炒め物 貝だくさんみそ汁</p> </div>	<div data-bbox="795 817 1058 1064" data-label="Text"> <p>ごはん 牛乳 しゅうまい(2こ) はるさめサラダ キムチ汁</p> </div>	<div data-bbox="1163 817 1356 1064" data-label="Text"> <p>ごはん 牛乳 赤魚の塩焼き ちくぜん煮 大根のみそ汁</p> </div>	<div data-bbox="1530 817 1858 1103" data-label="Text"> <p>米粉パン 牛乳 いかクリスピー スパゲティナポリタン コーンスープ はちみつレモンゼリー</p> </div>
13	14	15	16	17
<div data-bbox="54 1174 382 1421" data-label="Text"> <p>ごはん 牛乳 ほっけの塩焼き ごまあえ ★なっとう汁</p> </div>	<div data-bbox="428 1174 776 1421" data-label="Text"> <p>ごはん 牛乳 さばのカレーこうじ焼き 高野豆腐の煮物 かぶのみそ汁</p> </div>	<div data-bbox="795 1174 1124 1421" data-label="Text"> <p>ごはん 牛乳 和風ハンバーグ 花やさいサラダ 根菜ごま汁</p>  </div>	<div data-bbox="1163 1174 1510 1421" data-label="Text"> <p>野菜塩ラーメン 牛乳 たまご焼き 切り干し大根のゆかりあえ りんご</p> </div>	<div data-bbox="1530 1174 1858 1421" data-label="Text"> <p>ごはん 牛乳 とんかつのソースがけ スパゲティサラダ じゃがいものみそ汁</p> </div>
20	21	22	23	24
<div data-bbox="54 1531 401 1805" data-label="Text"> <p>ごはん 牛乳 ドライカレー ゆで野菜サラダ (パック和風ドレッシング) もやしスープ</p> </div>	<div data-bbox="428 1531 776 1805" data-label="Text"> <p>ごはん 牛乳 あじいそペフライのソースがけ とんぶり入りおひたし すき焼き煮</p>  </div>	<div data-bbox="795 1531 1143 1805" data-label="Text"> <p>ごはん(サキホコレ) 牛乳 野菜入り肉だんご (小2こ、中3こ) 五目ひじき キャベツのみそ汁</p> </div>	<div data-bbox="1193 1569 1472 1624" data-label="Text"> <p>勤労感謝の日</p>  </div>	<div data-bbox="1530 1531 1858 1805" data-label="Text"> <p>丸パン (パックいちごマーガリン) 牛乳 焼き栗コロッケ 海の野菜サラダ 麦とごぼうのシチュー</p> </div>
27	28	29	30	
<div data-bbox="54 1887 401 2162" data-label="Text"> <p>ごはん 牛乳 とりささみの甘辛揚げ 青じそ風味のサラダ なめこ汁 ラフランスゼリー</p>  </div>	<div data-bbox="428 1887 776 2162" data-label="Text"> <p>ごはん 牛乳 さけの塩焼き 根菜と大豆の煮物 白菜のみそ汁</p> </div>	<div data-bbox="795 1887 1143 2162" data-label="Text"> <p>ごはん 牛乳 豆腐ハンバーグのきのこソースがけ 青菜とたまごのソテー 焼きのりのスープ</p>  </div>	<div data-bbox="1163 1887 1510 2162" data-label="Text"> <p>ごはん 牛乳 いわしオレンジ煮 マーボー大根 麩と小松菜のみそ汁</p> </div>	<div data-bbox="1530 1860 1877 2008" data-label="Text"> <p>給食費は 27日(月)が 納期限(引落日)です</p> </div>

※食材調達などの都合により、献立を変更する場合があります。★印は今月の横手市統一料理です。

木々の葉も色づき、だんだんと秋が深まってきましたね。朝晩の寒さも厳しさを増してきました。季節の変わり目は体調を崩しやすいので、旬の食材を織り交ぜながらしっかりと食事をとり、元気いっぱい秋を満喫しましょう！

11月8日は
いい歯(は)の日
しっかりかんで食べるには
健康な歯が一番です。家族
みんなで「いい歯」を目指し
ましょう！

パソコン・スマホで献立チェック！
給食の写真も載っています。

「こんにちは！平鹿」または
スマホからのアクセスは
こちらから！

