

11月の予定献立表

発行日:令和5年10月31日

月 火 水 木 金 土

午前おやつ			1	お茶・クラッカー	2	牛乳・せんべい	3		4	お茶・ビスケット
昼食			赤飯 すまし汁 から揚げ コールスローサラダ		雑穀ごはん はくさいのスープ さかなのピザ焼き ピーマンのツナ和え みかん		文化の日		ハヤシライス ミモザサラダ やさいジュース	
午後おやつ			スキムミルク くじらラスク		牛乳・スイートポテト				牛乳・まんじゅう	
午前おやつ	6	お茶・せんべい	7	お茶・ビスケット	8	お茶・ビスコ	9	牛乳・バナナ	10	牛乳・せんべい
午後おやつ										
午前おやつ	6	お茶・せんべい	7	お茶・ビスケット	8	お茶・ビスコ	9	牛乳・バナナ	10	牛乳・せんべい
午後おやつ										
午前おやつ	13	お茶・ビスコ	14	牛乳・せんべい	15	牛乳・クラッカー	16	お茶・バナナ	17	お茶・ウエハース
午後おやつ										
午前のおやつ	20	牛乳・せんべい	21	お茶・クッキー	22	お茶・ビスケット	23		24	お茶・せんべい
午後のおやつ										
午前のおやつ	27	牛乳・せんべい	28	お茶・ウエハース	29	お茶・ブルー	30	牛乳・ウエハース		
午後のおやつ										

給食だより

毎月19日は食育の日。
 今月は20日に青森県の献立を提供します。
 せんべい汁は青森県南部の八戸地方を中心とした郷土料理で、肉・野菜・きのこなどのお汁に南部せんべいを煮込んだ料理です。
 せんべい汁には煮込んでも溶けにくい「おつゆせんべい」「かやきせんべい」と呼ばれる専用の物が使用されます。青森県はりんご・にんにく・ごぼうの生産量が日本一です。大間のまぐろも有名で高値で取引されています。
 ・10日は遠足でお弁当持参となります。水筒の準備もよろしく願いいたします。
 ・1日は創立記念・15日は七五三のお祝い献立です。

献立平均給与栄養量

	以上児	未満児
エネルギー	566kcal	473kcal
たんぱく質	24.2g	19.3g
脂質	16.3g	13.5g

☆献立を変更する場合がございます。

