

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。

【今月の給食目標】

- ◎感謝の気持ちで食事しよう
◎毎日の食事を考えよう



Table with 4 columns: 学校給食の栄養基準量, E=エネルギー, P=タンパク質, F=脂質. Rows for 小学校 and 中学校.



11月の行事予定 (給食提供なし)
「ありがとう」を伝えよう!
食事のあいさつには意味があります
1(金) いそかあえ, チーズ, さばの塩焼き, もちきびごはん, もずくのみそしる

11月24日は和食の日
5(火) もやしのごまあえ, 手づくりしそひじき, ごはん, とうがん, シンジー
6(水) ウムクジアンダギー, きこのたきこみごはん, わかめのもろみ, ごはん
7(木) 黒豆きなこジャム, ほうれん草オムレツ, なかよしパン, 大根のトマトに
8(金) いい歯の日, きんぴらごぼう, やき子持ちししゃも, しそごはん, じゃがいものみそしる

11(月) 手づくりかぼちゃスコーン, トマトリゾット, 豆ポテトサラダ
12(火) 絵本コラボ給食⑦ 「給食室のいちにち」 ひじきのツナあえ, おぎごはん, きのこいりカレー
13(水) ミルメーク(ココア), 骨太サラダ, ごはん, とりとかぼちゃのもの
14(木) もずくどん, (ごはん) かきたまじる
15(金) 琉球ゴールデンキングス 岸本選手 勝負飯 肉やさいそば(めん), 肉やさいそば(やさい), さつまいものてんぷら

18(月) 豚キムチいため, ごはん, ちゅうかコーンスープ
19(火) 手づくりかぼちゃスコーン, トマトリゾット, 豆ポテトサラダ
20(水) ツナサラダ, つくねのトマトソースがけ, ツナサンド(食パン), キャロットスープ
21(木) 琉球料理の日(第3木曜日) チキナーチャンプルー, もちきびごはん, シカムドウチ
22(金) 和食の日(11/24) ちくぜんに, もち玄米ごはん, 秋のすましじる

25(月) みかん, チャプチェ, ごはん, ワンタンスープ
26(火) キャベツの塩こんぶあえ, とり肉の香味だれ, おぎごはん, きりぼし大根のカレーみそしる
27(水) しろみ魚フライ, ひじきのたきこみごはん, ほうれん草の ごまあえ
28(木) りんご, デークニイリチー, おぎごはん, ゆし豆腐
29(金) かぼちゃのグラタン, バジルスパゲティ, ハニーサラダ

※材料・天候によって献立を変更することがあります。
※給食費は、毎月10日までに納めましょう。