

11月のこんだて

杉並区立永福小学校

2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金) ☆いい歯の日☆
むぎ 麦ごはん わふう 和風ハンバーグ こ ふきいも 粉吹芋 やさい からし ず 野菜の辛子酢あえ ぎゅうにゅう 牛乳	☆ぶんか ひ 文化の日☆ 	ハヤシライス じゃこサラダ みかん ぎゅうにゅう 牛乳	みそラーメン か だいがくいも 変わり大学芋 かき 柿 ぎゅうにゅう 牛乳	かみかみわかめごはん いかのかりん揚げ シャキシャキあえ とんじる 豚汁 ぎゅうにゅう 牛乳
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木) 国内産	13日(金)
むぎ 麦ごはん からし や さわらの辛子みそ焼き にく 肉じゃが いとかんてん ず 糸寒天のごま酢あえ ぎゅうにゅう 牛乳	ひじきごはん にぎすのから揚げ とうふ 豆腐とわかめのみそ汁 りんご ぎゅうにゅう 牛乳	むぎ 麦ごはん ガイヤーン ほうれん草のサラダ ビーフンスープ ぎゅうにゅう 牛乳	さんしよく 三色そばろごはん やさい のみそ汁 みる みかん ぎゅうにゅう 牛乳	ピザトースト しろ いんげん 豆と野菜のスープ まめ やさい 野菜のピクルス ぎゅうにゅう 牛乳
★14日(土)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)
まいぼー 麻婆ライス はくさい 白菜スープ かにく い 果肉入りりんごゼリー ぎゅうにゅう 牛乳	☆べんとうきゅうしよく お弁当給食☆ 	カレーピラフ キャロットポタージュ かりかり油揚げのサラダ ぎゅうにゅう 牛乳	ちゃんこうどん やさい 野菜のごまあえ がんづき ぎゅうにゅう 牛乳	ごこく 五穀おこわ いわしのさんが焼き けんちん汁 はくさい 白菜のおかかじょうゆあえ ぎゅうにゅう 牛乳
23日(月)	24日(火)	25日(水) 国内産	26日(木)	27日(金)
11月23日は 勤労感謝の日 食べ物をつくってくれる人や 食べられることに感謝しましょう。 	かしわめし がね かきたま汁 かぶのレモンじょうゆあえ ぎゅうにゅう 牛乳	むぎ 麦ごはん マスのおろし炊き ぐ 臭だくさんみそ汁 みる みかん ぎゅうにゅう 牛乳	あんかけ炒飯 ちやーはん はるさめスープ か ふう 華風きゅうり ぎゅうにゅう 牛乳	くる ざとう 黒砂糖パン ポテトグラタン せん切り野菜スープ ぎゅうにゅう 牛乳
30日(月)	<div> <div>☆今月の目標☆</div> <div>感謝して食べよう</div> <div>食べ物を大切にして、残さず食べるように心がけましょう。</div> <div>食事に関わる人や物に感謝して食べましょう。</div> </div>			
ちゅうぶ ちほう りょうり ☆中部地方の料理☆ むぎ 麦ごはん みそカツ のっぺい汁 みる みかん ぎゅうにゅう 牛乳				