



11月のこんだて



京丹後市立竹野小学校

月	火	水	木	金
2日	3日(祝)	4日	5日	6日
ごはん・牛乳 高野豆腐の卵とじ ネギとイカのぬた みかん	 ごはん・牛乳 煮込みハンバーグ ゆかい和え 豚汁	チキンカレーライス フルーツヨーグルト 福神漬 牛乳	コッペパン・牛乳 豆腐の中華風煮 切り干し大根の サラダ	黒糖パン・牛乳 じゃがマナーボー マロニーサラダ
9日	10日	11日	12日	13日
ごはん・牛乳 さつまいものかきあげ 三色漬け かきたま汁	ごはん・牛乳 煮込みハンバーグ ゆかい和え 豚汁	菊花ごはん・牛乳 はんぺんの 甘酢和え 豆腐のあまし汁	コッペパン・牛乳 豆腐ナゲット ボイル野菜 味噌ワタンスープ	ミルクパン・牛乳 鶏肉の竜田揚げ もやしのナムル オニオンスープ
16日	17日	18日	19日	20日
ごはん・牛乳 鯖のしょうが煮 磯香和え さつまいもの味噌汁	高菜チャーハン 牛乳 いかの華風和え 中華スープ	ごはん・牛乳 焼き鳥風 水菜とリンゴのサラダ じゃがいもの 味噌汁	コッペパン・牛乳 八宝菜 ポパイサラダ 大豆とじゃこの 砂糖がらめ	小型パン・牛乳 スープスパゲティー 大根サラダ 梨
23日(祝)	24日	25日	26日	27日
	ごはん・牛乳 白身魚のフライ カツオ和え 白菜のそぼろ汁	五目ごはん・牛乳 大根と豚肉の うま煮 ツナ入りお浸し	コッペパン・牛乳 イカのチリソース和え 中華和え わかめスープ	味付けパン・牛乳 ポトフ 大根とブロッコリー のサラダ
29日(日)	<p>〇一人一食あたり平均栄養所要量〇</p> <p>エネルギー 643キロカロリー</p> <p>タンパク質 25.2グラム</p>			
<p>* 学習発表会</p> <p>4年生 お楽しみ献立</p>				

お知らせ

4日は全校で間人小学校に行き、ランチルームで交流給食をします。間人小学校のお友だちと楽しくおいしい給食をいただきましょう。給食ぶくろ(はし・ハンカチ・ティッシュ・歯ブラシ)を持っていきます。