



盛り付け表

月		火		水		木		金	
「食べる力」をアップさせる3つのポイント! た ちから 「食べる力」をアップさせる3つのポイント! 主食をしっかり食べよう! 苦手なものも少しずつ挑戦してみよう! 食べ方を知る学びの場、給食を活用しよう!									
かみいち一番いい町学校給食「かみいちの日」実施月 11月分献立表									
3		4		5		6		7	
文化の日		のり塩里芋 ★豚肉と白菜のあんかけ丼 つるぎ育ちのきときと汁 かみいちの日の献立		ゆかりあえ さばのみりん焼き ごはん さつま汁		すみそあえ だしまきたまご ごはん いり豆腐		かみかみサラダ きひなごのクリスピー揚げ ソフト麺 カレーソース いい歯の日の献立	
10		11		12		13		14	
ごまあえ 高野豆腐のハーブ揚げ ごはん おでん		★長ねぎと牛肉の甘辛炒め つるぎ野菜のきのこあえ つるぎりんご ごはん やまどの里芋汁 かみいちの日の献立		アーモンドあえ えびシューマイ ごはん ★マーボー里芋 かみいちの日の献立		つるぎ野菜のおかか漬 けんげのから揚げ 減量ごはん ★マーボー里芋 とやまの日の献立		★里芋ポテトサラダ オムレツ 食パン ボルシチ かみいちの日の献立	
17		18		19		20		21	
れんこんサラダ ししゃものビーンズ揚げ ごはん 上市野菜の味噌ミルクスープ れんこんの日の献立		きのこのナムル ぎょうざ つるぎりんご ごはん えびと豆腐のうま煮		ピーナッツあえ さんまのおろし煮 ヨーグルト ★しょうがとさつまいもの炊き込みごはん 上市こんにん汁 かみいちの日の献立		ひじきあえ 小魚と大豆のアーモンドがらめ ごはん 白ねぎのたまごとし		よごし ぶりの照り焼き ようかん ごはん 肉じゃが 和食の日の献立	
24		25		26		27		28	
振替休日		しょうがの佃煮あえ ねぎみそたまご 上市チャーハン 春雨スープ かみいちの日の献立		かぶのゆずあえ ★上市産里芋上市でしょうがみそ田楽 ごはん 厚揚げの中華煮込み かみいちの日の献立		のり塩あえ ぶりの香味 ねぎソースがらめ ごはん いとこ煮		ウインナー ★上市野菜のつるぎりんごの焼きそば フルーツポンチ かみいちの日の献立	