

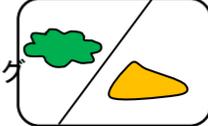
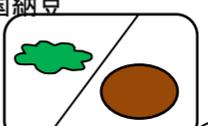
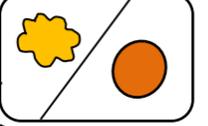
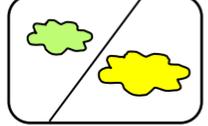
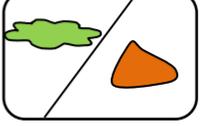
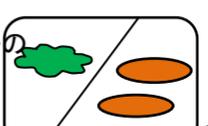
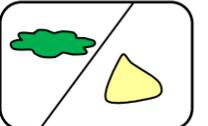
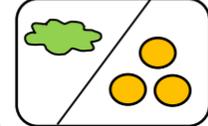
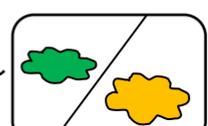
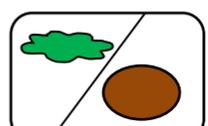
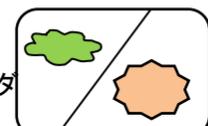
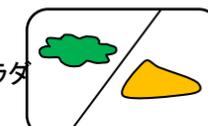
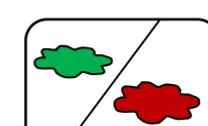
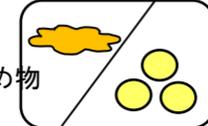
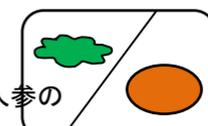
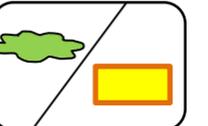


11月分学校給食献立表



美里町立美里中学校

給食目標：郷土料理や地域の食材を知ろう

月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI
<p>毎週水曜日は「おにぎりの日」</p> <p>おにぎりは1～2個くらいが適量です。おにぎりの中身は「梅干し」のみ、海苔は巻いても巻かなくても、自由です。</p> 	<p>11月は「彩の国ふるさと給食月間」</p>	<p>1 魚は骨に気をつけて食べよう</p> <p>ごまドレッシング和え</p>  <p>牛乳</p> <p>さばのカレーマヨ焼き</p>  <p>肉じゃが</p> 	<p>2 埼玉県産大豆で作った納豆！</p> <p>彩の国納豆</p>  <p>牛乳</p> <p>即席漬け</p>  <p>ごはん</p> <p>焼きつくね</p>  <p>みそ汁</p>	<p>3 文化の日</p> 
<p>6 豚キムチ丼にして食べよう</p> <p>豚キムチ</p>  <p>牛乳</p> <p>いかとたこのチヂミ</p>  <p>ごはん</p> <p>わかめスープ</p> 	<p>7 きなこは大豆から作られます</p> <p>ツナとひじきのサラダ</p>  <p>牛乳</p> <p>揚げパン</p>  <p>きなこ</p> <p>かぶと鶏肉のスープ</p> 	<p>8 煮ほうとうってどんな料理？</p> <p>ごま和え</p>  <p>牛乳</p> <p>おにぎり</p>  <p>鶏の塩こうじ焼き</p>  <p>煮ほうとう</p> 	<p>9 さつまいも入りの小江戸カレー</p> <p>ブロッコリーのマヨ和え</p>  <p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>フランクのケチャップかけ</p>  <p>小江戸カレー</p> 	<p>10 長ねぎを使ったサラダです</p> <p>長ねぎのナムル</p>  <p>牛乳</p> <p>中華麺</p>  <p>彩の国肉まん</p>  <p>ごまみそラーメン汁</p> 
<p>13 佐藤農園さんから届くきゅうり！</p> <p>中華きゅうり</p>  <p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>肉団子の野菜あん</p>  <p>えのきのスープ</p> 	<p>14 県民の日</p> 	<p>15 みそポテトってどんな料理？</p> <p>おひたし</p>  <p>牛乳</p> <p>おにぎり</p>  <p>みそポテト</p>  <p>ワンタンスープ</p> 	<p>16 呉汁ってどんな料理？</p> <p>切り干しのカレー金平</p>  <p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>おろしハンバーグ</p>  <p>呉汁</p> 	<p>17 きこの入った和風スパゲティ</p> <p>チーズ</p>  <p>牛乳</p> <p>コールスロサラダ</p>  <p>クロワッサン</p>  <p>チキンナゲット</p>  <p>和風スパゲティ</p> 
<p>20 油淋鶏！</p> <p>春雨サラダ</p>  <p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>ユーリンチー</p>  <p>豆腐のスープ</p> 	<p>21 れんこんの入ったさくさくサラダ</p> <p>さくさくサラダ</p>  <p>牛乳</p> <p>ツイストパン</p>  <p>鮭のパン粉焼き</p>  <p>さつまいものシチュー</p> 	<p>22 レバーの鉄分で貧血予防</p> <p>もやしのごま酢和え</p>  <p>牛乳</p> <p>レバーのカレー風味揚げ</p>  <p>キャベツのみそ汁</p> 	<p>23 勤労感謝の日</p> 	<p>24 美里町特産の〇〇-〇〇-</p> <p>海藻サラダ</p>  <p>牛乳</p> <p>地粉うどん</p>  <p>ブルーベリーカップケーキ</p>  <p>五目うどん汁</p> 
<p>27 豆腐はカルシウムが豊富です</p> <p>もやしとにらの炒め物</p>  <p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>しゅうまい</p>  <p>マーボー豆腐</p> 	<p>28 人気のフレーク焼きです！</p> <p>飲むヨーグルト</p>  <p>牛乳</p> <p>フレンチサラダ</p>  <p>はちみつパン</p>  <p>チキンのフレーク焼き</p>  <p>コーンクリームスープ</p> 	<p>29 すいとんってどんな料理？</p> <p>もやしと人参の中華和え</p>  <p>牛乳</p> <p>豆腐ハンバーグ</p>  <p>すいとん</p> 	<p>30 かて飯ってどんな料理？</p> <p>かて飯の具</p>  <p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>厚焼きたまご</p>  <p>なめこ汁</p> 	<p>埼玉県の郷土料理や、美里町の特産物を使った献立を実施します！</p> 