

日付	曜日	牛乳	献立名		かねて つくるなかま 体を作る仲間	ねつ ちらら もと 熱や力の元になる仲間	からだ ちうら なまか 体の調子を整える仲間	エネルギー たんぱく質 脂質相当量	
			主食	おかずめい					
4	火	○	ご飯	麻婆大根 墨わかめのナムル さつまいもと大豆の黒蜜がらめ	ぎゅうにゅう なまあげ ぶたにく レンズまめ みそ くわきわめ ツバ だいす	こめ あぶら さとう でんぶん こま さつまいも くろざとう	しょうが にんにく えのき だいこん たまねぎ なぎ うにんじん きゅうり ほくさい はづれんそう もやし	639kcal 22.9g 20.9g 1.7g	
5	水	○	ツナコーンドッグ	ホトフカレー 風味 ハムごまサラダ 青のり大豆	ぎゅうにゅう ツバ チーズ ぶたにく ハム だいす あおのり	パン エッグケアマヨネーズ ハター ジャガイモ こま こんにゃく あぶら さとう	とうもろこし パセリ かぶ キャベツ たまねぎ にんじん きゅうり だいこん こまつな みすな	609kcal 28.1g 26.6g 2.2g	
6	木	○	ご飯	あんかけ卵焼き わかめのビリ辛和え 豚肉と焼き豆腐の煮物 オレンジ	ぎゅうにゅう たまご とりにく わため ツバ ぶたにく どうぶ	こめ あぶら さとう パン でんぶん ラー油 こま あぶら しらたき	さいやいんげん たまねぎ にんじん チャベツ こまつな とうもろこし しょうが えのき ほくさい ねぎ オレンジ	625kcal 29.6g 21.2g 1.9g	
7	金	○	ご飯	かぼちゃ入りコロッケ しらすの和風ごまサラダ 油揚げと豆腐のみぞ汁 みかん	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす しらす いとけすり わかめ あぶらあけ とうふ みそ	こめ じゃがいも あぶら こめこめのパン こま さとう こんにゃく	かぼちゃ たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん もやし 入のき だいこん ねぎ ほくさい みかん	647kcal 22.6g 21.9g 1.8g	
10	月	○	【ペロリンピックの日】 ご飯	生揚げの中華煮 海藻こんにゃくサラダ さつまいもとかぼちゃのごま焼き	ぎゅうにゅう なまあげ ぶたにく くわきわめ ちりめんじゃこ とうにゅう	こめ あぶら でんぶん きとう こま あぶら こんにゃく ラー油 さつまいも こま	しょうが だけのこ たまねぎ チングルサイ にんじん ほくさい きくらげ きゅうり もやし とうもろこし かぼちゃ	634kcal 24.4g 20.1g 1.8g	
11	火			就学時健康診断のため、給食はありません。					
12	水	○	シュガートースト	ポークピーンズ ツナサラダ りんご	ぎゅうにゅう だいす レンズまめ ベーコン ぶたにく ツバ	パン さとう マーガリン あぶら じゃがいも	たまねぎ にんにく にんじん マッシュルーム トマト キャベツ さいやいんげん きゅうり こまつな とうもろこし りんご	630kcal 25.4g 24.8g 1.9g	
13	木	○	きのこご飯	ちくわの二色揚げ(青のり、カレー) ごま酢和え 豆腐と大根のみぞ汁 バナナ	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ あぶらあけ あおのり とうふ ぶたにく みそ	こめ あぶら こんにゃく さとう こめこめ でんぶん こま	しょうが しめじ まいたけ にんじん さいやいんげん もやし ほうれんそう こぼう たまねぎ だいこん ねぎ バナナ	615kcal 24.7g 19.8g 2.0g	
14	金	○	ご飯	さばのねぎみそだれかけ 野菜と鶏肉の和えもの かき玉汁 柿	ぎゅうにゅう さば みそ とうにく たまご なまあげ なると	こめ あぶら でんぶん さとう こま あぶら ラー油 こま	しょうが ねぎ キャベツ きゅうり こまつな にんじん えのき たまねぎ ほくさい かき	645kcal 27.5g 26.5g 1.9g	
17	月			振替休業日					
18	火	○	牛産牛消(地産地消) テーブル	ほらの香味だれかけ 海苔酢和え 八宝みそ汁 みかん	ぎゅうにゅう ほら のり ぶたにく あぶらあけ みそ	こめ さつまいも こま こめこめ でんぶん あぶら さとう	しょうが にんにく キャベツ こまつな にんじん もやし えのき かぶのは かぶ だいこん ねぎ ほうれんそう みかん	615kcal 25.7g 21.0g 1.9g	
19	水	○	チキンカレーライス	ツナじゃこサラダ グレープゼリー	ぎゅうにゅう とりにく チーズ レンズまめ ツバ わかめ ちりめんじゃこ アガー	こめ あぶら じゃがいも さとう バター はくりきこ	たまねぎ しょうが にんにく にんじん マッシュルーム キャベツ きゅうり だいこん とうもろこし ほうれんそう ぶどうジュース	620kcal 23.2g 17.4g 1.8g	
20	木	○	【しあわせにんじんの日】 きな粉揚げパン	肉団子スープ ごまドレッシングサラダ オレンジ	スープにはいっている ハートのにんじんを さがしてみよう!	ぎゅうにゅう きなこ ぶたにく マッシュ だいす くわきわめ ツバ	パン あぶら さとう でんぶん はるさめ こま こま あぶら	しょうが ねぎ チングルサイ たまねぎ にんじん しめじ ほくさい きゅうり こまつな とうもろこし オレンジ	602kcal 25.0g 24.7g 1.9g
21	金	○	和食の日(11/24) 献立	いなだのこまみそだれかけ おひたし けんちん汁 りんご	ぎゅうにゅう いなだ みそ あぶらあけ いとけすり とうふ とりにく	こめ こま でんぶん さとう こんにゃく あぶら さといも	しょうが こまつな にんじん ほくさい もやし こぼう だいこん ねぎ しめじ りんご	604kcal 27.6g 20.9g 1.7g	
25	火	○	ごまわかめご飯	豆腐ナゲット もやしのナムル キムチ鍋風みそ汁 バナナ	ぎゅうにゅう わかめ とうふ とりにく ツバ ぶたにく あぶらあけ みそ	こめ こま あぶら こめこめ でんぶん さとう エッグケアマヨネーズ こま あぶら ラー油	たまねぎ きゅうり こまつな にんじん もやし えのき だいこん ねぎ にら ほくさい バナナ	640kcal 25.8g 23.3g 2.1g	
26	水	○	【ペロリンピックの日】 ご飯	魚のハンバーグ おか和え じゃがいもと生揚げのそぼろ 黒 オレンジ	ぎゅうにゅう いわし このしろ ぶたにく とうふ みそ いとけすり なまあげ とりにく	こめ あぶら でんぶん こめこめ さとう ジャガイも こんにゃく	しょうが たまねぎ キャベツ にんじん ほうれんそう もやし しめじ えだまめ オレンジ	614kcal 29.4g 19.8g 1.7g	
27	木	○	ご飯	レバーとじゃがいもの大和え 海苔じやこ納豆和え 大根と白菜の汁もの りんご	ぎゅうにゅう ぶたレバー みそ なっとう ちりめんじゃこ のり とりにく あぶらあけ	こめ でんぶん じゃがいも あぶら こま さとう こんにゃく	しょうが えだまめ キャベツ にんじん ほうれんそう もやし えのき こまつな だいこん ほくさい りんご	618kcal 25.5g 19.5g 1.8g	
28	金	○	【カミカミティー】 五目ご飯	ししゃもの香味揚げ わかめの酢みそ和え にら玉汁 みかん	ししゃもの香味揚げをよくんでたべよう!	ぎゅうにゅう とりにく ししゃも あぶらあけ わかめ ハム みそ たまご とうふ ぶたにく	こめ あぶら さとう こめこめ でんぶん ラー油 こま あぶら こま	しょうが えのき にんじん こぼう えだまめ きゅうり こまつな とうもろこし だいこん たまねぎ ねぎ にら ほくさい みかん	604kcal 26.6g 21.1g 1.9g

*仕入れの都合により、献立を変更する場合もありますのでご了承ください。

今月の船橋産の旬食材を食べて知る日は「だいこん」、「キャベツ」、「根深ねぎ」、「米」、「コノシロ」です。

だいこんは4日(火)、キャベツは7日(金)、米は14日(金)と21日(金)、根深ねぎは21日(金)、コノシロは26日(水)に使用します。

今月の船橋産の小松菜を食べて知る日は21日(金)です。おひたしに船橋産の小松菜を使用します。

★「ペロリンピックの日」は残さず食べよう!きれいに片付けよう!が目標の日です。

<保護者の方へ>

(1)給食当番になった週の金曜日には、白衣・ぼうし・袋を持ち帰りますので、洗濯・ほこりの継ぎをお願いします。

洗濯をした白衣・ぼうし・袋は、アイロンかけをし、月曜日に忘れずに持たせてください。

(2)長期欠席する場合の給食費の返付手続きについて

連続して3日以上休む場合に限り、届け出を受けた日の翌日から4日目以降(休日等を除く)が給食費の返付対象となります。

返付に関する手続きは、次のようにありますのでよろしくお願いします。

①連続して3日以上学校を休むことになり、給食費の返付を希望する場合は、欠席期間を直接事務室にご連絡ください。(047-447-2465)

※この連絡を受けた日の翌日から4日目以降(休日等を除く)が給食費の返付対象となります。

②登校後、「欠食届」を配付しますので、必要事項を記入後、担任までご提出ください。

