

11月の給食

11月11日（月）9日（土）授業参観のための振り替え休業のため、給食はありません。

11月12日（火）

A 献立



B 献立



日付	選択	A 献立	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	B 献立	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	備 考
			(Kcal)	(g)	(%)	(g)		(Kcal)	(g)	(%)	(g)	
12		黒米ご飯 麻婆豆腐 ヨーグルト	シルバーサラダ				テーブルロール にんじんドレッシング サラダ 鶏肉と大豆のシチュー オレンジ	大根の唐揚げ				船橋の食材を 食べる日 大根
(火)			804	30.7	25.7	2.8		741	25.0	37.4	2.4	

11月13日（水）千教研のため給食はありません。

A 献立



日付	選択	A献立	I栄養 -	ﾀﾅﾊﾞｸ質	脂質	食塩相当量	B献立	I栄養 -	ﾀﾅﾊﾞｸ質	脂質	食塩相当量	備 考
			(Kcal)	(g)	(%)	(g)		(Kcal)	(g)	(%)	(g)	
14		麦ご飯 和風キーマカレー ごまドレッシングサラダ コンソメ野菜スープ ヨーグルトあえ					ハムカツサンド 豆腐のカレー煮 マリネサラダ りんご					
(木)			846	28.1	32.1	2.4		776	31.1	32.0	3.0	

B 献立



日付	選択	A献立	I栄養 -	ﾀﾅﾊﾞｸ質	脂質	食塩相当量	B献立	I栄養 -	ﾀﾅﾊﾞｸ質	脂質	食塩相当量	備 考
			(Kcal)	(g)	(%)	(g)		(Kcal)	(g)	(%)	(g)	
14		麦ご飯 和風キーマカレー ごまドレッシングサラダ コンソメ野菜スープ ヨーグルトあえ					ハムカツサンド 豆腐のカレー煮 マリネサラダ りんご					
(木)			846	28.1	32.1	2.4		776	31.1	32.0	3.0	

A 献立



日付	選択	A献立	Ical	たんぱく質	脂質	食塩相当量	B献立	Ical	たんぱく質	脂質	食塩相当量	備 考
			(Kcal)	(g)	(%)	(g)		(Kcal)	(g)	(%)	(g)	
15		ご飯 鰯の蒲焼風 さつま汁 りんご	千葉野菜のパリパリ漬け				はちみつパン 豚肉のトマトソースがけ ひじきのマリネ 千葉野菜のスープ さつまいもの甘煮 みかん					千産千消献立
(金)			768	29.0	27.1	2.6		804	32.5	29.3	3.2	

B 献立



日付	選択	A献立	Ical	たんぱく質	脂質	食塩相当量	B献立	Ical	たんぱく質	脂質	食塩相当量	備 考
			(Kcal)	(g)	(%)	(g)		(Kcal)	(g)	(%)	(g)	
15		ご飯 鰯の蒲焼風 さつま汁 りんご	千葉野菜のパリパリ漬け				はちみつパン 豚肉のトマトソースがけ ひじきのマリネ 千葉野菜のスープ さつまいもの甘煮 みかん					千産千消献立
(金)			768	29.0	27.1	2.6		804	32.5	29.3	3.2	