

11月の給食

11月25日（月）

A 献立



B 献立



日付	選択	A 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	B 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)
25		ご飯 レバーのねぎソース ひじきの炒り煮 大根のみそ汁	803	33.9	27.9	2.9	コッペパン チョコクリーム コーンサラダ ミニトマト	768	32.7	36.8	2.7
(月)		梅じゃこあえ りんご 生揚げのツナマヨ焼き 鶏肉とレタスのスープ みかん									

11月26日（火）

A 献立



B 献立



日付	選択	A 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	B 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)
26		しらすわかめご飯 大豆と揚げボールの煮物	826	36.4	29.9	3.4	ミートサンド ポテトサラダ コーンクラムチャウダー	784	32.6	31.3	3.4
(火)		鯖の文化干し 納豆あえ ごま豆乳みそ汁 巨峰					オレンジ				

11月27日（水） おはなし給食の日です。

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
			(Kcal)	(g)	(%)	(g)		(Kcal)	(g)	(%)	(g)
27		キャロット・ラペの小松菜・おひたし わかさぎの唐揚げ アップルパイ	ハチミツパン 鶏肉のオレンジ煮 キャロット・ラペ 小魚入り野菜チップス レンズ豆のスープ アップルパイ				「わかったさんのアップルパイ」より、「アップルパイ」が登場します！				
(水)			849	30.3	31.5	2.9		852	35.4	30.0	2.4

11月28日（木） おはなし給食の日です。

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
			(Kcal)	(g)	(%)	(g)		(Kcal)	(g)	(%)	(g)
28		牛肉カレーライス 山海サラダ のり塩ビーンズ みかん	サンドイッチ ポークビーンズ ごまドレッシングサラダ りんご				「文豪ストレイドッグス」より「牛肉カレー」（A献立）、「サンドイッチ サンドイッチ」より「サンドイッチ」（B献立）が登場します！				
(木)			823	31.3	30.8	2.5		791	36.0	38.0	3.5

11月29日（金） おはなし給食の日です。

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
			(Kcal)	(g)	(%)	(g)		(Kcal)	(g)	(%)	(g)
29		ご飯 鮭の塩焼き キムチ入りスタミナあえ 彩りきんぴら ジャがいもとわかめのみそ汁 ドーナツ					ソフト麺ミートソース ツナじゃこサラダ ドーナツ				
(金)		「ズートピア」より、「ドーナツ」が登場します！									
			855	34.2	26.1	2.9		883	35.0	28.5	1.8