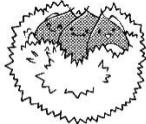


令和7年度



11月分給食献立表



実施日	曜日	献 立	栄養量		おたより
			エネルギー	たんぱく質	
4 火		★開校70周年記念 お祝い給食 萩中ラーメン 牛乳 大豆と小魚の揚煮 ななるのモンブラン	kcal	g	秋も一段と深まり、朝晩の冷え込みが厳しくなってきました。かぜなどひかないように衣類で体温を調節し、うがいや手洗いをこまめに行いましょう。 11月1日は、萩中小学校の70周年の開校記念日です。給食では4日に特別献立を、提供します。
			710	36.8	
5 水		車麩たまご丼 牛乳 けんちん汁 くだもの(かき)	571	24.9	
6 木		ガーリックトースト コーヒー牛乳 サツマイモシチュー 人参ドレサラダ	608	20.7	
7 金		昆布ごはん 牛乳 鶏の照り焼き 海藻サラダ 味噌汁	642	30.6	
11 火		キャロットライスのクリームソース 牛乳 ジュリエンヌスープ フレンチサラダ	623	19.1	
12 水		チリソース焼きそば 牛乳 エビトースト タピオカミルクティーブリン	512	22.4	
13 木		さつまいもごはん 牛乳 茎わかめのきんぴら せんべい汁	552	21.2	
14 金		にしんの蒲焼丼 牛乳 大根サラダ かきたま汁	606	24.0	
17 月		きなこトースト 牛乳 ポトフ 野菜のカレー風味	603	23.6	
18 火		麦ごはん 牛乳 ジャガメンチ コールスローサラダ えのきのスープ	692	26.7	
19 水		★りんご食べ比べ(高徳・王林) スパゲッティグラタン 牛乳 たまごスープ くだもの(りんご)	736	29.8	
20 木		★世界の料理(スペイン) パエリア 牛乳 ソバテアホ チュロス	551	19.0	
21 金		★和食の日(11月24日) 麦ごはん ピリカラ海苔 牛乳 鰯の塩焼き ごまあえ 根菜汁	570	19.5	
25 火		あんかけチャーハン 牛乳 野菜の中華和え フルーツポンチサイダー	639	20.2	
26 水		★郷土料理(山口県) 瓦そば風明日葉うどん 牛乳 おこのみポテト くだもの(紅まどんな)	600	25.1	
27 木		茶めし 牛乳 おでん からし和え	595	20.6	
28 金		★世界の料理(トルコ) 柏パン 牛乳 ケバブチキン コーンサラダ レンズ豆のスープ	628	26.0	

(注1) 栄養量は、中学年を1として考え、低学年0.85倍、高学年1.15倍とみてください。

(注2) 食材料購入ならびに学校行事などの都合により献立を変更することがあります。

今月の目標は 感謝して食べよう です。



大田区立萩中小学校