

# 11月のきゅうしょくこんだてひょう

江戸川区立第五葛西小学校

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日				
 <p>洗ってないけどいいよね!</p> <p>洗ってないけどいいよね!</p>	 <p>あつ! あつ!</p> <p>あつ!</p>	 <p>あつ!</p> <p>あつ!</p>	 <p>あつ!</p> <p>あつ!</p>	<p>1日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>のりじゃこふりかけ</li> <li>とりにくのこうみやき</li> <li>こまつなやさしいため</li> <li>わかめとじゃがいものみそしる</li> <li>りんご</li> </ul>				
<p>ほんとう 本当にきれい?</p>	<p>りゅうこう きせつ カゼが流行する季節です。てあら 手洗い、うがいを忘れずに。</p>	<p>ちやくにくをつくるあかのたべもの(牛にゅうは毎日つきます)</p>	<p>おかか じゃこ のり 牛乳 とり肉 ふた肉 油あげ みそ わかめ</p>	<p>米 麦 三温糖 ごま パン粉 油 ごま油 じゃがいも</p>				
<p>からだの調子を整える緑のたべもの</p>	<p>しょうが にんにく ねぎ もやし きゅうり にんじん きくらげ 小松菜 だいこん 玉ねぎ えのき りんご</p>	<p>4日</p> <p>文化の日 ふりかえきゅうじつ 振替休日</p>	<p>5日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>とりとぎのこのピラフ</li> <li>いかのふわふわあげ</li> <li>カレーポテトサラダ</li> <li>キャベツとレンズまめのスープ</li> </ul>	<p>6日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>はちみつレモントースト</li> <li>ごろごろやさしいポトフ</li> <li>もやしとわかめのサラダ</li> <li>オレンジ</li> </ul>	<p>7日 立冬献立</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>むぎいりごはん</li> <li>プリのてりやき</li> <li>はくさいのゆずあえ</li> <li>とうがんじる</li> <li>かき</li> </ul>	<p>8日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ぐだくさんやきうどん</li> <li>じゃがいもとだいたすのいそべあげ</li> <li>なるとのかきたまじる</li> </ul>		
<p>ふた肉 大豆 ひよこまめ レンズまめ 牛乳 ツナ 粉巻天</p>	<p>油 米 麦 小麦粉 てん粉 マヨネーズ 三温糖 じゃがいも</p>	<p>胚芽食パン バター はちみつ 油 じゃがいも ごま さとう</p>	<p>牛乳 ふり とうふ みそ</p>	<p>ふた肉 さつまあげ おかか 牛乳 あおのり 大豆 なると とうふ たまご</p>				
<p>コーン 玉ねぎ しめじ エリンギ にんじん ブロッコリー きゃべつ 小松菜</p>	<p>レモン 玉ねぎ きゃべつ にんじん だいこん 小松菜 もやし オレンジ</p>	<p>しょうが はくさい 小松菜 もやし ゆず にんじん とうがん ねぎ かき</p>	<p>しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん きゃべつ 干しいだけ コーン 小松菜</p>	<p>11日 11月お誕生日給食</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>まめまめハヤシライス</li> <li>ツナサラダ</li> <li>りんごクラッシュ かんてん</li> </ul>	<p>12日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごまごはん</li> <li>たらたつたあげ</li> <li>れんごんのからしあえ</li> <li>こんさいとんじる</li> </ul>	<p>13日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>チリビーンズチーズドッグ</li> <li>クラムチャウダー</li> <li>にんじんとツナのレモンドレッシングサラダ</li> <li>バナナ</li> </ul>	<p>14日 「千葉県」郷土料理給食</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>たかつのとりめし</li> <li>さんがやき</li> <li>キャベツとコーンのあえもの</li> <li>けんちんじる</li> </ul>	<p>15日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>たまごチャーハン</li> <li>レバーとじゃがいものちゅうかあげ</li> <li>はるさめスープ</li> <li>オレンジ</li> </ul>
<p>ふた肉 大豆 牛乳 いわし あじ みそ わかめ ハム とうふ</p>	<p>牛乳 たら ハム ふた肉 油あげ みそ</p>	<p>ふた肉 白いげん豆 チーズ 牛乳 ベーコン レンズまめ あさり 豆乳 生クリーム ツナ</p>	<p>とり肉 牛乳 いわし あじ みそ わかめ ハム とうふ</p>	<p>なると たまご 牛乳 ふたレバー とり肉 とうふ</p>				
<p>米 麦 油 中ざら糖 小麦粉 ごま さとう</p>	<p>米 麦 ごま 油 三温糖 てん粉 さとう じゃがいも ごま油</p>	<p>胚芽食パン 油 小麦粉 じゃがいも 米粉 バター 三温糖</p>	<p>米 麦 さとう マヨネーズ てん粉 油 ごま油 ごま じゃがいも</p>	<p>米 麦 油 ごま油 さとう 米粉 てん粉 じゃがいも ごま はるさめ</p>				
<p>にんにく 玉ねぎ にんじん マッシュルーム きゃべつ きゅうり 小松菜 りんごジュース りんご缶</p>	<p>れんこん もやし きゃべつ にんじん 小松菜 玉ねぎ だいこん ごぼう</p>	<p>にんにく 玉ねぎ ピーマン にんじん きゃべつ きゅうり 小松菜 レモン バナナ</p>	<p>にんじん しめじ しょうが ねぎ きゃべつ コーン もやし 小松菜 ごぼう れんこん だいこん えのき</p>	<p>玉ねぎ にんじん ねぎ しょうが もやし 小松菜 オレンジ</p>				
<p>18日 小松菜一斉給食</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>もりのきのこのクリームスパゲティ</li> <li>こまつなサラダ</li> <li>ぶどうかんてんポンチ</li> </ul>	<p>19日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>さばのみそに</li> <li>はくさいのごま おかかあえ</li> <li>わかめのかきたまじる</li> <li>みかん</li> </ul>	<p>20日 手作りパン給食</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>てづくりおさつパン</li> <li>ミネストローネ</li> <li>チキンサラダ</li> </ul>	<p>21日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>むぎいりごはん</li> <li>ししゃものカレーあげ</li> <li>もやしとハムの ごましょうゆ</li> <li>ぐだくさんすましじる</li> </ul>	<p>22日 だして味わう和食の日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>むぎいりごはん</li> <li>あつやきたまご</li> <li>キャベツとにんじんの おひたし</li> <li>いなかじる</li> </ul>				
<p>ベーコン とり肉 牛乳 豆乳 生クリーム ツナ 粉巻天</p>	<p>牛乳 サバ みそ おかか とうふ たまご わかめ</p>	<p>豆乳 牛乳 ウィンナー ふた肉 大豆 とり肉</p>	<p>牛乳 ししゃも わかめ ハム とり肉 油あげ とうふ</p>	<p>牛乳 とり肉 たまご 油あげ おかか 生あげ</p>				
<p>スパゲッテ オリーブ油 油 マーガリン 小麦粉 ごま 三温糖 さとう</p>	<p>米 麦 三温糖 ごま じゃがいも てん粉</p>	<p>強力粉 さとう バター さつまいも じゃがいも 油 ごま油 ごま</p>	<p>米 麦 米粉 てん粉 マヨネーズ 油 さとう ごま油 ごま</p>	<p>米 麦 油 三温糖 じゃがいも こんにゃく</p>				
<p>にんにく にんじん 玉ねぎ しめじ えのき マッシュルーム 小松菜 きゃべつ もやし コーン レモン ふどうジュース みかん缶 りんご缶</p>	<p>しょうが はくさい にんじん もやし 小松菜 えのき 玉ねぎ だいこん みかん</p>	<p>レモン 玉ねぎ にんじん きゃべつ トマト缶 もやし きゅうり ブロッコリー</p>	<p>もやし にんじん コーン 玉ねぎ だいこん えのき 小松菜</p>	<p>にんじん 干しいだけ ねぎ 小松菜 きゃべつ きゅうり ごぼう だいこん</p>				
<p>25日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ジャーチャンドウフどん</li> <li>こまつなとたまごのちゅうかスープ</li> <li>さつまいものごまだんご</li> </ul>	<p>26日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>だいすコロック</li> <li>キャベツのからしあえ</li> <li>きのこのみそしる</li> </ul>	<p>27日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>2しょくトースト(りんご・ピザソース)</li> <li>はくさいのクリームに</li> <li>ひよこまめとツナのサラダ</li> <li>バナナ</li> </ul>	<p>28日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>とりそぼろごはん</li> <li>マスのもみじやき</li> <li>こまつなごまあえ</li> <li>とうふともずくのかきたまじる</li> <li>きっかみかん</li> </ul>	<p>29日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>てっかみそ</li> <li>わかさぎのからあげ</li> <li>さつまいものごもく きんぴら</li> <li>とうふすいとんじる</li> </ul>				
<p>ふた肉 生あげ みそ 牛乳 とり肉 たまご 豆乳</p>	<p>牛乳 大豆 ふた肉 おから ひじき とり肉 油あげ みそ</p>	<p>ハム チーズ 牛乳 とり肉 レンズまめ 豆乳 ひよこまめ ツナ</p>	<p>とり肉 油あげ 牛乳 マス とうふ もずく たまご</p>	<p>大豆 みそ 牛乳 わかさぎ ふた肉 さつまあげ とり肉 とうふ わかめ</p>				
<p>米 麦 油 三温糖 てん粉 ごま油 さつまいも はちみつ ごま</p>	<p>米 麦 じゃがいも 油 三温糖 小麦粉 マヨネーズ パン粉</p>	<p>胚芽食パン オリーブ油 さとう 無塩食パン 油 じゃがいも 米粉 ごま</p>	<p>米 麦 三温糖 マヨネーズ ごま</p>	<p>米 麦 油 三温糖 水あめ ごま てん粉 こんにゃく さつまいも 小麦粉</p>				
<p>しょうが 干しいだけ だいたすにんじん 玉ねぎ きゃべつ ねぎ チンゲンツァイ だいこん えのき 小松菜</p>	<p>にんじん 玉ねぎ きゃべつ もやし 小松菜 しめじ えのき ししいだけ ましたけ だいこん はくさい</p>	<p>にんにく 玉ねぎ コーン りんごジャム にんじん はくさい しめじ きゃべつ きゅうり ブロッコリー バナナ</p>	<p>にんじん きゃべつ もやし 小松菜 干しいだけ だいこん はくさい ねぎ みかん</p>	<p>ごぼう しょうが にんにく にんじん れんこん きゃいんげん だいこん はくさい ねぎ</p>				

※都合により食材が変更になる場合があります。ご了承ください。