

日 曜	献立表	おやつ	
1 水	パン 牛乳 ヒレカツ 野菜サラダ 果物	ヤクルト	オレンジゼリー
2 木	栄養金平 きゅうりの浅漬け みそ汁	ミルク	バームクーヘン
3 金	☆お休み☆ 文化の日		
4 土	貝たくさん味噌汁 ふりかけ	ヤクルト	果物・お菓子
6 月	カレーライス チップスチサラダ 福神漬	牛乳	さつまいもスティック
7 火	ししゃものフライ 五目野菜炒め レバーの甘辛煮	ミルク	黄粉団子
8 水	秋の遠足		
9 木	切り干し大根とさつま揚げの煮物 青菜のごま和え みそ汁	ミルク	ホットドッグ
10 金	豚肉の味噌漬焼き 野菜サラダ スパゲッティ	牛乳	スキムクッキー
11 土	ハヤシライス 漬物	ヤクルト	果物・お菓子
13 月	三平汁 ハムサラダ 納豆	牛乳	果物(リンゴ・バナナ)
14 火	鶏のから揚げ 野菜サラダ スパゲッティ	ミルク	海鮮チヂミ
15 水	ちらし寿司 かき玉汁 (ご飯はこちらで準備します)	ヤクルト	梅ヶ枝餅
16 木	かぼちゃのそぼろ煮 トマトとわかめのサラダ 果物	ミルク	サンドイッチ
17 金	伴三糸 炒り卵 野菜スープ	牛乳	リングドーナツ
18 土	けんちん汁 ふりかけ	ヤクルト	果物・お菓子
20 月	ハッシュドビーフ マセドアンサラダ 漬物	牛乳	杏仁フルーツ
21 火	魚の香味焼き きゅうりの酢物 果物	ミルク	大学芋
22 水	《お誕生会》パン・牛乳 チキン南蛮 野菜サラダ スパゲッティ	ヤクルト	お誕生ケーキ
23 木	☆お休み☆ 勤労感謝の日		
24 金	豚汁 フレンチサラダ ふりかけ	牛乳	塩サブレ
25 土	カレーライス 福神漬	ヤクルト	果物・お菓子
27 月	タイピーエン パラエティサラダ 海苔の佃煮	牛乳	揚げたこ
28 火	魚の西京焼き 海藻サラダ トマト	ミルク	ぜんざい
29 水	パン・牛乳 ささみのチーズカツ 野菜サラダ スパゲッティ	ヤクルト	プリン・お菓子
30 木	五目煮 青菜のごま和え みそ汁	ミルク	シュガーラスク



# 給食だより

## 11月の目標

- ①食べ物を粗末にしないようにしましょう。
- ②時間内に残さないように頑張って食べましょう。  
(30分以内には食べ終わるようにしましょう)
- ③食器は丁寧に扱きましょう。



## お知らせ

11月8日(水)は秋の遠足です!

**遠足のお弁当(おかず付)をお願いします。**  
11月15日(水)は七五三のお宮参りです。  
給食はちらし寿司です。  
ご飯はこちらで準備します。



インフルエンザやコロナに負けない体力づくり

今年も残り2か月となりました。  
いつもの日常に少しずつ戻り、  
子どもたちの日々の成長を感じる今日この頃です。  
空気が乾燥しインフルエンザや新型コロナウイルス対策も  
引き続き徹底していきたくと思います。  
寒さを本格的になります。  
ぐっすり睡眠、たっぷり栄養をとって  
元気な強い体を作りましょう



給食担当：合志真理子・稲富祐希代