

# 11月配膳予定表(中学校)

下野市立国分寺学校給食センター

月	火	水	木	金
<p>「いただきます」ごちそうさまの あいさつをしっかりと</p>		<p>1</p> <p>にらともやしの和え物 さんまの梅煮</p> <p>牛乳</p>	<p>2</p> <p>ゼリー ソフトチーズ こんにやくサラダ</p> <p>牛乳</p> <p>黒糖食パン ポークビーンズ</p>	<p>3</p> <p>文化の日</p>
<p>6</p> <p>おひたし 焼き鳥風煮</p> <p>牛乳</p> <p>もちと豆腐の みそ汁</p>	<p>7</p> <p>生揚げの みそマヨネーズ焼き</p> <p>牛乳</p> <p>キムチ チキーンパン わかめスープ</p>	<p>8</p> <p>ししゃもフライ 切り干し大根の 煮つけ</p> <p>牛乳</p> <p>もちろ玄米 ごはん じゃがいも 生揚げのみそ汁</p>	<p>9</p> <p>ごぼうとツナのサラダ パンパーグリんごソース</p> <p>牛乳</p> <p>巨峰ジャム 白菜の コンソメスープ</p>	<p>10</p> <p>ヨーグルト ポークカレー 海苔とじゃこの サラダ</p> <p>牛乳</p>
		<p>子持ちカラフトシシャモフライは、3尾です。</p>		<p>カレーに、麦ごはんを入れて 食べましょう。</p>
<p>13</p> <p>下野かんぴょう 豚丼の具 梅肉和え</p> <p>牛乳</p> <p>かぶと油揚げの みそ汁</p>	<p>14</p> <p>鶏肉の フルトマトソースかけ</p> <p>牛乳</p> <p>梨 はちみつ パン 角切り 野菜スープ</p>	<p>15</p> <p>モロの和風 ねぎソース 昆布和え</p> <p>牛乳</p> <p>かんぴょうとたまごの みそ汁</p>	<p>16</p> <p>おひたし 豚肉の チーズおろし煮</p> <p>牛乳</p> <p>新米の具材 たっぷりみそ汁</p>	<p>17</p> <p>鶏肉の みそ漬け焼き からし和え</p> <p>牛乳</p> <p>かつお汁</p>
<p>豚丼の具を、ごはんのにせて 食べましょう。</p>	<p>配膳の時に、チキンソーテーに トマトソースをかけてください。</p>			
<p><b>地産地消ウィーク (13日~17日)</b></p>				
<p>20</p> <p>アジフライ 切り干し大根の 酢じょうゆ和え</p> <p>牛乳</p> <p>豆腐とわかめの みそ汁</p>	<p>21</p> <p>スパゲティ ミートソース</p> <p>牛乳</p> <p>ミニ 米粉パン 彩り野菜の サラダ</p>	<p>22</p> <p>パンサンデー にらまんじゅう</p> <p>牛乳</p> <p>四川風 マヨネーズ豆腐</p>	<p>23</p> <p>勤労感謝 の日</p>	<p>24</p> <p>さけの 九州醤油焼き 大豆とひじきの めし煮</p> <p>牛乳</p> <p>豚汁</p>
	<p>配膳の時に、めんの上に ミートソースをかけてください。</p>	<p>にらまんじゅうは、2個で す。</p>		
<p>27</p> <p>ポークシューマイ 八宝菜</p> <p>牛乳</p> <p>わかめと えのきたけの スープ</p>	<p>28</p> <p>ゼリー ポイルキャベツ マクロカツ</p> <p>牛乳</p> <p>丸パン さつまいもの 秋味ソース</p>	<p>29</p> <p>ほうれん草の のり和え さばのねぎみそ焼き</p> <p>牛乳</p> <p>さといも しいのきめし煮</p>	<p>30</p> <p>ブロッコリーと コーンのサラダ ツナマヨオムレツ</p> <p>牛乳</p> <p>チーズ はちみつパン 角切り野菜の みそ汁</p>	<p>給食の前には 手を 洗おう</p>
<p>ポークシューマイは、3個で す。</p>	<p>パンに、マクロカツと ポイルキャベツをはさんで 小袋ソースをかけて 食べましょう。</p>			