

# 11月 きゅうしょくこんだてよていひょう 給食献立予定表

給食回数 : 18回 米飯給食 : 12回  
パン給食 : 3回 米粉パン : 1回  
スパゲッティー : 1回

## 宇都宮市立清原南小学校

# 24 (月) ふりかえきゅうじつ

25 (火)	あきのかおりのミートソースパゲッティー ゆでやさい (てづくりフレンドドレッシング)	575 27 15.3	スパゲッティー オリーブオイル マーガリン はくはりきこ ざらめ とうもろこし あぶら	とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん エリンギ えのき マッシュルーム にんにく
26 (水)	コッペパン コロッケ森 ゆでやさい (しおだれ) さつまいものシチュー	700 23.6 31.6	コッペパン じゃがいも森 ほんこ森 あぶら森 ドレッシング マーガリン さつまいも	ぶたにく森 とりにく とうにゅう ぎゅうにゅう	もやし キャベツ にんじん たまねぎ 基本 バセリ
27 (木)	むぎいりごはん さわらのこめこうじやき こまつなのごまあえ さつまじる	599 27.2 16.3	こめ むぎ さとう ごま さといも こんにゃく	さわら とりにく とうふ かつおぶし みそ ぎゅうにゅう	キャベツ こまつな にんじん だいこん ねぎ ごぼう
28 (金)	むぎいりごはん チャーチャンとうふ ちくわのいそべあげ (だいこんおろし)	625 17.5 19.9	こめ むぎ こむぎこ あぶら さとう てんぶん	ちくわ のり かつおぶし ぶたにく なまあげ みそ ぎゅうにゅう	だいこん たまねぎ もやし にんじん チンゲンサイ しいたけ

☆ 献立は都合により変更することがあります。

☆ 食材のマーク（✿や✿）は、献立名のそれぞれのマークに含まれている食材です。

(主に調理済み加工食品になります。)

☆ 学校給食食材放射能検査について（＊検査結果は以下の通りです。）

10月16日 食品：キャベツ 生産地：栃木県宇都宮市氷室町

食塩相当量平均:1.9g  
カルシウム量平均:318mg

★★11月4日は『いいしせいの日』★★

よいせいでたべると、たべたもののしようかがよくなります。せいでわるいと、たべもののとおりみちがせまくなってしまい、しょうかづらくなります。

井つかくをべをういようをからだにきゅうしゅうせきすることができません。

いまにまかくまわって、井なかをのばし、まよ、まよをしつかりゆかに

でなければつきつかないで、ちゃんとやるねんをなじく(あまし)よう

きゅうしはどうぞは、11月4日の「いい」せいの日にきよはらわいきがつ

の『あじのり』ができます。さらに、かわいいイラストの上にいいおじいちゃん

の『めじのソ』が、つまりはぐつにかV-であるリストのようにV-VのEV-（たとへたといは）



★★25日～は『おはなしきゅうしょく』★★

25日は『あきのかおりのミートソーススパゲティ』の「きのこ」がどうじょうするほん

26日は『さつまいものシチュー』の「さつまいも」のしゅかくたいかいのえほん

27日は『さつまじる』の「にんじん・ごぼう・だいこん」のにほんみんわ

28日は『ちくわのいそべあげ』の「ちくわ」がぼうけんするほん

