


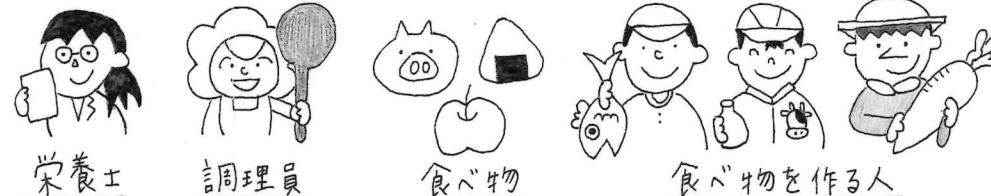


令和6年11月盛り付け表

月	火	水	木	金
<p>今月のマナー目標 ☺🎵</p> <p>好き嫌いせず、食べよう!</p> 	<p>女嫌いなものでも1口は挑戦しよう!</p> <p>色々な食べ物からバランスよく栄養を摂取しよう!!</p>	<p>ビタミンACEを摂取しよう</p> <p>→体の抵抗力を高めるビタミンで風邪予防になる</p> <p>A: 皮フの粘膜強化 C: 丈夫な体づくり E: 血行をよくする</p> 	<p>1日</p> <p>◎ブリの照り焼き (1人1切れ) ◎ひじきの炒め煮</p> <p>みそ汁</p> <p>ご飯</p>	
<p>文化の日</p> 	<p>5日</p> <p>◎鯨のケチャップソース ◎野菜ときのこのソテー</p> <p>チキンスープ</p> <p>ご飯</p>	<p>6日</p> <p>大豆の甘辛煮</p> <p>プリン</p> <p>根菜汁</p> <p>ご飯</p>	<p>7日</p> <p>切干大根のごまドレ和え</p> <p>減量バターロール</p> <p>海鮮ソーススパゲティ</p> <p>ご飯</p>	<p>8日</p> <p>◎サバの味噌煮 (1人1切れ) ◎白菜とささ身のお浸し</p> <p>すまし汁</p> <p>ご飯</p>
<p>11日</p> <p>ヨーグルト</p> <p>豚肉のねぎ塩炒め</p> <p>みそ汁</p> <p>秋のかわくご飯</p>	<p>12日</p> <p>◎ワカサギの更紗揚げ ◎ツナと野菜の塩麴炒め</p> <p>大根スープ</p> <p>ご飯</p>	<p>13日</p> <p>春雨サラダ</p> <p>麻婆豆腐</p> <p>ご飯</p>	<p>14日</p> <p>さっぱりマリネ</p> <p>☆さつまいものポタージュ</p> <p>米粉パン</p> <p>ご飯</p>	<p>15日</p> <p>◎油淋鶏 (1人2ヶ) ◎チンゲン菜のソテー</p> <p>白菜のごまスープ</p> <p>ご飯</p>
<p>18日</p> <p>☆ハヤシライス</p> <p>ツナサラダ</p>	<p>19日</p> <p>◎サンマの蒲焼き (1人1切れ) ◎小松菜とひじきのソテー</p> <p>みそ汁</p> <p>ご飯</p>	<p>11月23日は勤労感謝の日です。 給食ではたくさんの人やものが関わって作られています。</p>  <p>栄養士 調理員 食べ物 食べ物を作る人</p>	<p>調理に携わる人だけではありません。食べ物からも命をいただいて、自分達の命を養っています。感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。</p>	
<p>25日</p> <p>大豆のそぼろ丼</p> <p>小松菜のお浸し</p>	<p>26日</p> <p>◎鶏肉のアドボ (1人1切れ) ◎昆布のきんぴら</p> <p>ウインナーとコーンのスープ</p> <p>ご飯</p>	<p>27日</p> <p>◎サワラの竜田揚げ (1人1切れ) ◎切干大根の炒め煮</p> <p>みそ汁</p> <p>ご飯</p>	<p>28日</p> <p>ももゼリー</p> <p>れんこんソテー</p> <p>減量バターロール</p> <p>パンネのペペロンチーノ</p> <p>ご飯</p>	<p>29日</p> <p>★木の葉丼</p> <p>茎わかめの炒め煮</p> <p>ご飯</p>