

SCHOOL LUNCH WARABI

11月

和良比小の給食をご紹介します！

11月4日（火）



ごはん

牛乳

さけのマヨネーズ焼き

切り干し大根のナポリタン

豆乳スープ

11月5日（水）



ごはん

牛乳

シーホー豆腐

揚げ餃子

春雨サラダ

花みかん

11月6日（木）



セルフカレーミートサンド

(コッペパン)

牛乳

タイピーエン

フルーツポンチ

11月7日（金）★四街道市内

統一メニュー★



ごはん

牛乳

松風焼き

塩ちゃんこ鍋

ヨーグルト

11月10日(月)



ごはん
牛乳
ポークカレー
焼きからチキン
野菜チップス

11月11日(火)



味噌ラーメン
(中華麺)
牛乳
にしんの
ちよっぴり辛煮
いもっこサラダ
オレンジ

11月12日(水)



ごはん
牛乳
擬製豆腐
生揚げのそぼろ煮
プリン

11月8日は『いい歯の日』

11(いい)月 8(は)日の語呂合わせからできた記念日です。食事をおいしく食べるためには、歯の健康はとても大切です。歯で食べ物をしっかりかむことができないと、食べ物の栄養が体にしっかり吸収されません。歯の健康を守るためには、虫歯にならないことが大切です。

虫歯予防の大原則として、歯に食べ物のかすや甘い砂糖水を残さないことです。食後の歯みがきを習慣にしましょう。また、おやつをだらだら食べるのもよくありません。おやつは時間と量を決めて食べましょう。

11月13日(木)



ココア揚げパン
牛乳
肉団子スープ
ツナサラダ
はちみつレモンゼリー

11月14日 (金)



ごはん
牛乳
高野豆腐のもちもち酢豚
春雨スープ
柿

11月17日 (月)



コッペパン
いちごジャム
牛乳
ビーンズシチュー
ひじきのマリネ
ぶどうゼリー

11月18日 (火)



ごはん
牛乳
しいらの塩こうじ焼き
はうれんそうの納豆和え
チゲ風豚汁

11月19日 (水)



ごはん
牛乳
ふんわりハンバーグ
三色和え
国清汁

11月20日 (木)



上海焼きそば
牛乳
ポテトサラダ
生揚げのスープ
オレンジ

11月21日 (金)



ごはん
牛乳
筑前煮
元気サラダ
おからのケーキ

11月25日 (火) ★四街道中学校区

統一献立★



ごはん
牛乳
鶏肉の塩から揚げ
れんこんとひじきのサラダ
さつま芋の豚汁
ひと口牛乳プリン

11月26日 (水)



ごはん
牛乳
麻婆豆腐
焼壳
ポパイサラダ

11月27日 (木)



ぬりかべトースト
牛乳
ポークビーンズ
ツナとのりのサラダ

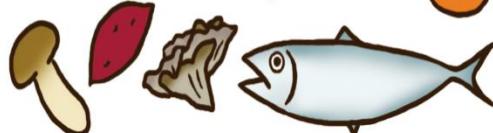
11月28日 (金)



わかめごはん
牛乳
豚肉の香り焼き
秋の幸煮しめ
りんご



た よう しんせん しょくさい
多様で新鮮な食材と
も あじ そんちょう
その持ち味の尊重



けんこう てき しょくせいがつ ささ
健康的な食生活を支える
えいよう 荘養バランス



しぜん うつく きせつ
自然の美しさと季節の
うつ 移ろいの表現



しょうがつ ねんちゅうぎょうじ
正月などの年中行事と
みっせつ かが 密接な関わり

