

平成30年 11月 直方市中学校給食 献立表

根菜類がおいしい季節になりました！

夏の太陽を浴びてしっかり栄養を蓄えた根菜類は秋に旬を迎えます。根菜類は冬にかけて旨みを増していきます。根菜類とは、土の中で育つ野菜のことで、**人参・大根・れんこん・ごぼう**などです。胃腸の働きを高め、体を温める働きがあります。



<p>1 木</p>  <ul style="list-style-type: none"> 豚肉の南蛮漬け 一食ノンエッグタルタルソース ほうれん草白和え りんご 味噌汁 ご飯 牛乳 	<p>2 金</p>  <ul style="list-style-type: none"> ホキの唐揚げ 一食刻み海苔 鶏そぼろ丼の具 マカロニサラダ ピリ辛こんにやく すまし汁 ・味飯(麦) 牛乳 			
<p>5 月</p>  <ul style="list-style-type: none"> 鯖ホイル焼き 南瓜のそぼろ煮 焼き豚中華サラダ ミニカスタードクレープ ご飯 牛乳 	<p>6 火</p>  <ul style="list-style-type: none"> 酢豚 もやしナムル シュウマイ 中華スープ ご飯 牛乳 	<p>7 水</p>  <ul style="list-style-type: none"> シイラフライ 一食ソース スパゲティ 人参しりしり ピーナッツクリーム 鶏肉と青梗菜のスープ 食パン ・牛乳 	<p>8 木</p>  <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉とじゃが芋の甘辛煮 春雨の酢物 鮭フレーク 田舎汁 ご飯 牛乳 <p>いい歯の日</p>	<p>9 金</p>  <ul style="list-style-type: none"> 牛丼の具 ごぼうの唐揚げ みかん ちくわのチーズ焼き 胡瓜のピリ辛和え 麦ご飯 牛乳
<p>12 月</p>  <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉のレモン煮 コーンサラダ プチゼリー 野菜スープ ご飯 牛乳 	<p>13 火</p>  <ul style="list-style-type: none"> 鯛カレーフライ 味付けのり 具沢山ひじき煮 ミートボール 味噌汁 麦ご飯 牛乳 	<p>14 水</p>  <ul style="list-style-type: none"> ミートスパゲティ アーモンドカル 蓮根サラダ りんご 牛乳 	<p>15 木</p>  <ul style="list-style-type: none"> さんまみぞれ煮 鶏の唐揚げ ニラともやしのソテー プチゼリー 一食のりかつおふりかけ 豚汁 ご飯 ・牛乳 	<p>16 金</p>  <ul style="list-style-type: none"> キムタクご飯の具 米粉deスイートポテト スパサラダ 青梗菜ナムル 麦ご飯 牛乳
<p>19 月</p>  <ul style="list-style-type: none"> 鱈の南蛮漬け 切干大根煮 みかん缶 すまし汁 牛ごぼう飯 牛乳 	<p>20 火</p> <p>期末考査</p> <p>給食はありません</p>	<p>21 水</p> <p>期末考査</p> <p>給食はありません</p>	<p>22 木</p> <p>期末考査</p> <p>給食はありません</p>	<p>23 金</p> <p>勤労感謝の日</p> <p>給食はありません</p>
<p>26 月</p>  <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉のごま醤油焼き 南瓜のサラダ 昆布佃煮 白菜スープ ご飯 牛乳 	<p>27 火</p>  <ul style="list-style-type: none"> ハムカツ ・野菜サラダ ウインナー 一食ノンエッグマヨネーズ ポークビーンズ パン缶 コーンクリームスープ ピタパン ・牛乳 	<p>28 水</p>  <ul style="list-style-type: none"> 照焼ききのこハンバーグ ペンネ ブロッコリーサラダ ミネストローネ 一食のり卵ふりかけ 麦ご飯 牛乳 	<p>29 木</p>  <ul style="list-style-type: none"> 焼きそば 揚げ餃子 春巻き 青梗菜ソテー ハリハリ大根サラダ ムース 牛乳 	<p>30 金</p>  <ul style="list-style-type: none"> ミートボールカレー さといもコロック 一食ソース キャベツ みかん 白菜とハムのサラダ 麦ご飯 ・牛乳

※学校によっては行事・振替休日・定期考査等の関係で給食がない日があります。

※アレルギーについては配布した献立表をご確認ください。

詳しく知りたい場合は、直方市HP又は教育総務課 学校給食係(25-2321)までご連絡下さい。

※11月給食分の予約開始は10月1日(月)からです。

※11月給食分のマークシート予約締切りは10月16日(火)、インターネット予約締切りは10月20日(土)です

※食材の仕入れにより、献立内容が一部変更になる場合があります。アレルギー物質が関係する場合は別途連絡を致します。

