



# 2025年11月給食だより



原辺利町立中央小学校

月	火	水	木	金
<b>11/3</b> 文化の日 給食なし	<b>11/4</b> ごはん 豚肉の生姜焼き 小松菜のごまあえ 豆腐とわかめのみそ汁 牛乳 りんご	<b>11/5</b> コッペパン 白身魚のフライ キャベツのソテー 野菜スープ コーヒー牛乳	<b>11/6</b> 五日ごはん 鶏の照り焼き 切干大根の煮物 けんちん汁 牛乳 栗まんじゅう	<b>11/7</b> ごはん さばの塩焼き ひじきサラダ なめこ汁 牛乳
<b>11/10</b> ごはん 鶏肉と野菜の炒め物 もやしナムル じゃがいものみそ汁 牛乳 ミニゼリー	<b>11/11</b> ロールパン ハンバーグ ほうれん草ソテー コンソメスープ 牛乳	<b>11/12</b> ごはん 南爪コロッケ ブロッコリーのおか かあえ 白菜のみそ汁 牛乳	<b>11/13</b> 五日焼きそば 揚げ餃子 ナムル 中華スープ 牛乳 みかん	<b>11/14</b> ごはん 鮭の塩こうじ焼き キャベツサラダ 玉ねぎスープ 牛乳
<b>11/17</b> ごはん さんまの塩焼き れんこんきんぴら 大根のみそ汁 牛乳	<b>11/18</b> パン チキンナゲット ポテトサラダ コーンスープ 牛乳 ピーナッツバター	<b>11/19</b> ごはん 豚肉の甘辛炒め ひじきの煮物 豆腐スープ いちご牛乳	<b>11/20</b> カレーライス フルーツサラダ 牛乳 魚周焼き	<b>11/21</b> ごはん 白身魚の香味焼き 小松菜のおひたし 具だくさんみそ汁 牛乳
<b>11/24</b> 振替休日 給食なし	<b>11/25</b> ごはん 南爪のそぼろ煮 切干大根サラダ 野菜たっぷりみそ汁 牛乳 オレンジ	<b>11/26</b> ごはん 鶏のから揚げ キャベツとコーンの サラダ じゃがいもスープ 牛乳	<b>11/27</b> パン 白身魚フライ マカロニサラダ ミネストローネ 牛乳プリン	<b>11/28</b> ごはん 肉じゃが ほうれん草のごま和え みそ汁 牛乳

※仕入れの状況等により、献立が一部変更になる場合があります。

※アレルギーのある児童は、事前に担任・養護教諭・栄養教諭までご相談ください。

## こんげつのコラム：ミルクをのもう！

ミルクは、成長（せいちょう）にひつようなカルシウムやたんぱくしつをてがるにとることができます。  
すききらいせず、くふうしてたのしんでくださいね。

