



2025年11月給食だより



原辺利町立中央小学校

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| 11/3 文化の日 給食なし | 11/4 ごはん 琢肉の生姜焼き 小松菜のごまあえ 豆腐とわかめのみぞ汁 牛乳 りんご | 11/5 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 | 11/6 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 | 11/7 ごはん さばの塩焼き ひじきサラダ なめこ汁 牛乳 |
| 11/10 ごはん 鶏肉と野菜の炒め物 もやしナムル じゃがいものみぞ汁 牛乳 ミニゼリー | 11/11 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 | 11/12 ごはん 南爪コロッケ プロッコリーのおかかあえ 白菜のみぞ汁 牛乳 | 11/13 五日焼きそば 揚げ餃子 ナムル 中華スープ 牛乳 みかん | 11/14 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 |
| 11/17 ごはん さんまの塩焼き れんこんきんぴら 大根のみぞ汁 牛乳 | 11/18 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 | 11/19 ごはん 琢肉の甘辛炒め ひじきの煮物 豆腐スープ いちご牛乳 | 11/20 カレーライス フルーツサラダ 牛乳 魚周焼き | 11/21 ごはん 白身魚の香味焼き 小松菜のおひたし 具だくさんみぞ汁 牛乳 |
| 11/24 振替休日 給食なし | 11/25 ごはん 南爪のそぼろ煮 切干大根サラダ 野菜たっぷりみぞ汁 牛乳 オレンジ | 11/26 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 | 11/27 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 | 11/28 ごはん 肉じゃが ほうれん草のごまあえ みぞ汁 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。

