

11月の献立

～11月給食目標～
決められた時間内に食べよう

栄養表示について

表示の栄養価は、中学部の
栄養価です。
基準値は以下のとおりです。

エネルギー：740kcal
たんぱく質：13～20%
脂質：20～30%



秋季就業体験

弁当の準備をお願いします

中学部：11月4日(火)～11月10日(月)
高等部：11月4日(火)～11月21日(金)

11月3日(月)	11月4日(火)	11月5日(水)	11月6日(木)	11月7日(金)
文化の日	かぶとこまつなのあえもの やししやも小2匹中・高3匹 ごはん てづくりつくだにひじき とんじる エネルギー：720kcal たんぱく質：17% 脂質：24%	あげさつまいものごまぶし ぎせい豆腐 ごはん たまねぎとわかめのみそしる エネルギー：741kcal たんぱく質：12% 脂質：24%	きんぴらごぼう あかうおのからあげ ごはん とうふときこのみそしる エネルギー：724kcal たんぱく質：14% 脂質：25%	ほうれんそうのコーンあえ とりにくとレバーのケチャップあえ しょくパン さつまいもととうにゅうのポタージュ エネルギー：785kcal たんぱく質：16% 脂質：27%
11月10日(月)	11月11日(火)	11月12日(水)	11月13日(木)	11月14日(金)
やさいのごましおあえ マーボーとうふ マーボーどん(ごはん) だいこんスープ エネルギー：729kcal たんぱく質：14% 脂質：28%	ゆでやさいのいそあえ ぶたにくとじゃがいものガーリックマヨいため ごはん ぐだくさんみそしる エネルギー：736kcal たんぱく質：13% 脂質：30%	きりぼしだいこんのはりはりづけ ぶたにくのしおこうじいため ごはん てづくりふりかけごまこんぶ さつまいものみそしる エネルギー：728kcal たんぱく質：14% 脂質：24%	こまつなのいためもの あじのカレーやき ごはん きんときまめのあまに ごまみそしる エネルギー：731kcal たんぱく質：16% 脂質：19%	ゆでスパゲッティ プリン ミートソーススパゲッティ じゃがいもとブロッコリーのソテー エネルギー：716kcal たんぱく質：17% 脂質：21%

(食材の都合で変更することがあります)



11月の献立

11月17日(月)	11月18日(火)	11月19日(水)	11月20日(木)	11月21日(金)
エネルギー: 754kcal たんぱく質: 12% 脂質: 28%	エネルギー: 723kcal たんぱく質: 13% 脂質: 25%	エネルギー: 767kcal たんぱく質: 14% 脂質: 29%	エネルギー: 711kcal たんぱく質: 12% 脂質: 28%	エネルギー: 731kcal たんぱく質: 17% 脂質: 34%
11月24日(月)	11月25日(火)	11月26日(水)	11月27日(木)	11月28日(金)
振替休日				
	エネルギー: 731kcal たんぱく質: 15% 脂質: 30%	エネルギー: 756kcal たんぱく質: 14% 脂質: 25%	エネルギー: 755kcal たんぱく質: 15% 脂質: 18%	エネルギー: 745kcal たんぱく質: 16% 脂質: 35%

11月のスペシャルメニュー

11月7日(金)
先生リクエストシリーズ
附属小学校
眞田先生



11月14日(金)
先生リクエストシリーズ
附属特別支援学校
脊戸先生



11月20日(木)

いい日本食の日 & なかよし給食

11月24日は語呂合わせで「いい日本食の日」です。
給食では一足早く、11月20日に
料理によって、使用するダシを変えた料理が登場します。

食物アレルギーのある人も、ない人もみんなで
おいしく ♡ 楽しく ♪ 食べられる給食です。
牛乳の代わりに、麦茶が出ます。



(食材の都合で変更することがあります)

