



# 能生中学校 11月の献立



月	火	水	木	金
<p>17日(木) 磯部小学校</p>	<p>1 牛乳 ご飯 あじのごまみそ焼き 切干大根の炒め煮 厚揚げとさつまいものみそ汁</p>	<p>2 牛乳 ご飯 鶏肉のスパイス揚げ カミカミサラダ アロニースープ</p>	<p>3 文化の日 </p>	<p>4 牛乳 ご飯 カツア納豆 れんこんのゴマネーアえ すきやき汁 果物(りんご)</p>
<p>7 牛乳 ご飯 白身魚のチリソースかけ フロッコリーの塩昆布あえ ニラたまみそ汁</p>	<p>8 牛乳 麦ご飯 ポークカレー 大根サラダ カーモントフイッシュ</p>	<p>9 牛乳 コッパパン チョコレートクリーム かぼちゃと豆のチーズ焼き りんごサラダ ミネストローネ</p>	<p>10 牛乳 ご飯 笹かまのお好み揚げ れんこんのおひたし さつまい</p>	<p>11 牛乳 麦ご飯 中華丼 春雨サラダ ヨーグルト</p>
<p>14 牛乳 中華めん 塩野菜ラーメンスープ 煮たまご 果物(みかん) チーズ</p>	<p>15 牛乳 ご飯 豚肉のごまだれ炒め ごぼうサラダ さといもの豆乳みそ汁</p>	<p>16 シオ給食 牛乳 能生のさつまいもご飯 ごま塩 さんまの甘露煮 白菜のおかかおひたし なすと大根のみそ汁</p>	<p>17 磯部小リクエスト献立 牛乳 ご飯 栗コロッケ キャベツとのりのサラダ かきたまスープ ぶどうゼリー</p>	<p>18 牛乳 ご飯 鶏のアツプルーヌ コーンサラダ 白菜の米粉クリームスープ</p>
<p>21 小丸トカツア献立 牛乳 ピリヤニ ひよこ豆のフライドピーンス いんげんとしんじょうのサラダ レンチールスープ コーヒージェリー</p>	<p>22 牛乳 ご飯 鮭の紅葉焼き 五目おひたし らのみそ汁</p>	<p>23 勤労感謝の日 </p>	<p>24 和食の日給食 牛乳 ご飯 めぎすのフライ 小松菜のアーマントあえ こくしよ</p>	<p>25 牛乳 ご飯 ミートローフ フロッコリーのサラダ 白菜とさつまいものスープ</p>
<p>28 牛乳 大麦めん カシー南蛮汁 ツナサラダ 果物(りんご) ミニフイッシュ</p>	<p>29 牛乳 ご飯 干草焼き 笹わかめのきんぴら さといちと打ち豆のごまみそ汁 プリン</p>	<p>30 牛乳 ご飯 鯖の塩麴焼き さつまいものしゃきしゃきサラダ まいだけのみそ汁</p>	<p style="text-align: center;"><b>今月のシオ食材</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・米</li> <li>・小松菜</li> <li>・大根</li> <li>・さといも</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・かぼちゃ</li> <li>・ピーマン</li> <li>・切干大根</li> <li>・じゃがいも</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ねぎ</li> <li>・しいたけ</li> <li>・さつまいも</li> </ul> </div>	