よていこんだて もりつけひょう

11月

スクールミールひがしやま・なかむらみなみ・ぐどう

2
おはなし給食
（のらねこぐんだんふねにのる）
- コーンサラダ
- ひじきのゆかりふりかけ
- アジのハーブフライ
- ごはん
- みそしる

3
文化の日

4
おはなし給食
（ラーメンちゃん）
- みかん
- バンバンジーサラダ
- こうちにらまんじゅう
- ラーメンスープ（しょうゆラーメン）
- ちゅうかめん（しょうゆラーメン）

5
おはなし給食
（あれこれたまご）
- ミニとうにゅうプリン
- ゆずかあえ
- おやこどん（むぎごはん）
- おやこどん（ぐ）

6
「県立中村中リクエスト」こんだて
おはなし給食
（サラダでげんき）
- チョコクレープ
- げんきサラダ
- わふうからあげ
- キムチチャーハン
- たまごスープ

9
おはなし給食
（パイナップルほんとうはね）
- ハワイアンサラダ
- ミルメークコーヒー
- ターメリックライス
- チリコンカン

10
- きんぴらごぼう
- キャベツとさゆずあえ
- かつおめし
- ぎゅうにくコロッケ

11
- スイートポテト
- チョレギサラダ
- ビビンバどん（むぎごはん）
- ビビンバどん（ぐ）

12
朝ごはんコンテストこんだて
- けんこうサラダ
- さけのてりやき
- ごはん
- ごだいえいようそでできたじゃがいもみそしる
- 朝ごはんコンテスト【具同小6年生】

13
- もやしのナムル
- ミニアセロラゼリー
- ヤンニョムチキン
- ごはん
- はるさめスープ

16
高知の食べ物いっぱいの日①
- みかん
- まごはやさしいサラダ
- とりそぼろどん（むぎごはん）
- とりそぼろどん（ぐ）

17
高知の食べ物いっぱいの日②
- カミカミきゅうりもみ
- しまんとう（こめこのこくとうかりんとう
- ごはん
- すきやきふうに

18
高知の食べ物いっぱいの日③
- ぶしゅかんサラダ
- ゆずゼリー
- こうちけのキーマカレー（むぎごはん）
- こうちけのキーマカレー（ぐ）

19
食育の日
高知の食べ物いっぱいの日④
- しらあえ
- きびなごのゆずフライ
- ごはん
- いもいもじる

20
高知の食べ物いっぱいの日⑤
はたのう食材こんだて
- スパゲッティサラダ
- マーマレードチキン
- ごはん
- ABCスープ

23
きんろうかんしゃのひ
勤労感謝の日

24
「和食」の日こんだて
- いそかあえ
- サバのしょうがやき
- ごはん
- けんちんじる

25
- りんご
- かいそうサラダ
- コッペパン
- クリームシチュー

26
- ピーマンのおかかあえ
- がっきゅうだいふく（いちご）
- ごはん
- みそおでん

27
「具同小リクエスト」こんだて
はたのう食材こんだて
- はるさめサラダ
- とうにゅうプリンタルト
- チーズハンバーグ
- わかめごはん
- とんじる

30
- きりぼしだいこんのすのもの
- あげだしどうふ
- たきこみごはん
- すりみじる

11月の給食目標「残さず食べよう」

感謝を込めていただきます！　ごちそうさま！



食事の前後のあいさつには、食べ物の命をいただくことや、食事をつくるためにかかわった人たちへの感謝の気持ちが込められています。心を込めてあいさつをしましょう。

