

★ ☆ 11月の献立 ★ ☆

Monday 月	Tuesday 火	Wednesday 水	Thursday 木	Friday 金
3日	4日	5日	6日	7日
〈文化の日〉	＊鶏おこわ ＊菊花しゅうまい ＊すまし汁 ＊牛乳	＊たまごドッグ ＊コーンシチュー ＊白菜とわかめのツナサラダ ＊牛乳	＊ひじきチャーハン ＊中華スープ ＊カップケーキ ＊牛乳	＊わかめ入り七穀飯 ＊ししゃものから揚げ ＊ちゃんこ煮 ＊牛乳
10日	11日	12日	13日	14日
＊かけきつねうどん ＊大学芋 ＊ぶどうゼリー ＊牛乳	＊ご飯 ＊魚の一味焼き ＊生揚げとじゃがいものそぼろ煮 ＊みかん ＊牛乳 〈鉄分強化献立〉	 期末考査（給食なし）		＊プルコギ丼 ＊中華風コーンスープ ＊柿 ＊牛乳
17日	18日	19日	20日	21日
＊チキンピラフ ＊魚のパン粉焼き ＊ジュリエヌスープ ＊牛乳	＊さつまいもご飯 ＊鶏つくね焼き ＊油揚げの味噌汁 ＊牛乳	＊セサミトースト ＊鶏肉と大豆のトマト煮 ＊ツナ入り大根サラダ ＊牛乳	＊スパゲティあけぼのソース ＊さいころサラダ ＊アップルゼリー ＊牛乳	＊根菜カレーライス ＊海藻サラダ ＊夢オレンジ ＊牛乳
24日	25日	26日	27日	28日
〈振替休日〉	＊里芋としめじのご飯 ＊五目卵焼き ＊豆腐の味噌汁 ＊牛乳	＊ご飯 ＊魚の黄金焼き ＊板橋区産大根と鶏肉の煮物 ＊りんご ＊牛乳 〈ふれあい農園会給食〉	＊担々麺 ＊青のりビーンズポテト ＊牛乳	＊チリビーンズドッグ ＊かぼちゃのクリームスープ ＊フルーツポンチ ＊牛乳

★11月の給食目標：感謝の気持ちをもって食事をしよう
 ★11月の栄養目標：毎日の食事に感謝しよう

＜11月のおすすめ給食はこちら＞

11日（火）鉄分強化献立・・・成長期に必要な鉄分を強化した献立です。
 26日（水）ふれあい農園会給食・・・板橋区産の大根が登場します。
 ～旬の食材もたくさん登場します。お楽しみに！～