



11月の献立

門真市教育委員会
(小学校用)



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	1 まぐろのノルウェー風 コッペパン チンゲン菜と卵のスープ ココアビーンズ コッペパン チンゲンさいとたまごのスープ まぐろのノルウェーふう ココアビーンズ	2 ずいきの煮物 さつまいもごはん 大根の豚汁 さつまいもごはん だいこんのぶたじる ずいきのもの	3 ぶんか文化の日 	4 チンゲン菜ともやしの炒め物 あさりとりちりめんじゃこの佃煮 ごはん じゃがいものそばろ煮 ごはん じゃがいものそばろに チンゲンさいと もやしのいためもの あさりとりちりめんじゃこのつくだに
7 小松菜とあげの煮ひたし ご飯 親子丼の具 おやこどんぶり(ごはん) こまつなとあげのにびたし	8 さめフライ パーカーパン ポトフ さめフライ パーカーパン ポトフ さめフライ	9 大豆と豚肉の甘辛煮 ひじきふりかけ わかめトックスープ ひじきふりかけ ごはん わかめトックスープ だいずとぶたにくのあまからに ひじきふりかけ	10 ほうれん草のソテー コッペパン あさりのポターージュ コッペパン あさりのポターージュ ほうれん草のソテー	11 わかさぎの甘酢づけ 金時豆 ご飯 ごんぼ汁 ごはん ごんぼじる わかさぎのあまずづけ きんときまめ
14 さんまの煮つけ あかしそふりかけ ご飯 筑前煮 ごはん ちくぜんにさんまのにつけ あかしそふりかけ	15 さけのマリネ レーズンパン きのコスパゲティ レーズンパン きのコスパゲティ さけのマリネ かき 1きれ	16 にらともやしのキムチ炒め ご飯 麻婆豆腐 ごはん マーボーどうふ にらともやしのキムチいため	17 ホットポテトサラダ パーカーパン ワンタンスープ スライスチーズ パーカーパン ワンタンスープ ホットポテトサラダ スライスチーズ	18 三色手巻きの具 手巻きのり ご飯 豆腐とわかめのみそ汁 ごはん さんしょくてまき(ごはん) とうふとわかめのみそしる てまきのり
21 さわらの煮つけ あかしそふりかけ ごはん みそおでん ごはん みそおでん さわらのにつけ あかしそふりかけ	22 ゆで干し大根と春菊のかき揚げ チンゲン菜のスープ 黒糖パン こくとうパン チンゲンさいのスープ ゆでぼしだいこんと しゅんぎくのかきあげ	23 きんろうかんしゃひ 勤労感謝の日 	24 小松菜ときのこのソテー コッペパン クリームシチュー コッペパン クリームシチュー こまつなと きのこのソテー	25 揚げぎょうざ チャーハン わかめスープ チャーハン わかめスープ あげぎょうざ(2こ)
28 ゆで干し大根の煮物 ご飯 高野豆腐の揚げ煮 ごはん こうやどうふのあげに ゆでぼしだいこんのもの	29 みたらしがんも 黒糖食パン しょうゆラーメン 黒糖食パン しょうゆラーメン こくとうしょくパン しょうゆラーメン みたらしがんも	30 野菜のドレッシングかけ 玄米入りごはん カレーライス 玄米入りごはん カレーライス(げんまいいりごはん) やさいのドレッシングかけ	おおさかめいぶつ 大阪名物うまいもんめぐり つた おおさか あじ きょうしやく ~伝えたい大阪の味を給食にのせて~ 11月は 『ごんぼ汁』です。 (11日)	