



11月

よいこんだてひょう

志木市立志木小学校

献立によって給食室からスプーン・フォーク・はしを毎日出しています。
学校でも「はし」の持ち方を学んでいます。
ご家庭でも声かけをお願いします。



げつようび			かようび			すいようび			もくようび			きんようび		
【お知らせ】 ※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。 ご了承ください。 ※★の日は4年生以上は并です。			4 あべなわだんご くりごはん けんろんぼろ			5 もりのきのこ ハルシースパイザ ケリとぐら カステラ			6 コッパパン おひさまツナサラダ			7 いわしのかばやし いそのかあえ おろしじり		
表示の説明 上のだんの数字 エネルギーkcal→ 下のだんの数字 たんぱく質g→			2日遅れの十三夜献立 568kcal 19.7g			お話し給食「ぐりとぐら」 626kcal 22.6g			実習生 N先生が考えた献立 529kcal 32.1g			新米を味わおう献立 569kcal 28.4g		
おもにからだをつくるしょくひん	おもにからだのちようしをととのえるしょくひん	おもにねつやちからのもとになるしょくひん	ぎゅうにゅう あぶらあげ なまあげ どうふ きなこ	にんじん ごぼう だいこん ねぎ	こめ こめあぶら くり ごまあぶら さといも しらたま きびどう	ぎゅうにゅう ウィナー スキムミルク たまご ヨーグルト	にんにく たまねぎ ぶなしめじ まいたけ きゅうり ほうれんそう だいこん キヤベツ エリンギ うめばし	スパゲティ オリーブあぶら こめあぶら さんおんどう ごまあぶら ごま さとう こむぎ パター はちみつ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず ツナフレック	にんにく にんじん きりぼしだいこん とうもろこし ほうれんそう トマトかん	パン こめあぶら じゃがいも さんおんどう ごまあぶら	ぎゅうにゅう いわし のり みそ あぶらあげ	しょうが こまつな ねぎ にんじん はくさい だいこん	こめ おぎ どんぶり こめあぶら さんおんどう
10★ きくみかん くれなゐりん さんぱい あけ			11 ターメリック ライス リンゴゼリー ジュリエンスープ			12 キムチ むぎごはん			13 トリ ジュシーアサギ さつまいも さやねに			14 さいたまけんみん ひ 埼玉県民の日		
志木市名物 舟運いろはうどん			志木市B級グルメ トキハソースのミートライス			2日早い埼玉県民の日のお祝い献立			実習生 K先生が考えた献立					
ぎゅうにゅう あぶらあげ かまぼこ わかめ とうろこんぶ あおのり さくらえび さつまあげ	ねぎ れんこん にんじん あかピーマン みかん	うどん こむぎこ こめあぶら こんにやく さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにゅう みそ チーズ ベーコン かんてん	しょうが たまねぎ にんじん セロリ キャベツ りんごジュース	こめ こめあぶら オリーブあぶら さんおんどう パター さとう	ぎゅうにゅう のり ぶたにく とうふ みそ とうにゅう	にんにく こまつな キムチ にんじん だいこん はくさい ほししいたけ ねぎ かぶ かぶのは きゅうり	こめ おぎ どんぶり ごまあぶら さとう ごま さといも さんおんどう	ぎゅうにゅう とり ぶたにく あぶらあげ みそ	しょうが レモン にんじん かぶ かぶのは ねぎ えのきたけ	こめ おぎ さとう さつまいも	埼玉のみんなの一日		
17 さんまのしおやき とりささみの コールスローサラダ			18 こぎゅうねずし			19 もどりのおとしんしょうがのごはん			20 かつおのたらい			21 むぎごはん		
6-25さんの献立 さんまをかつよく食べよう！			3日遅い七五三お祝い献立			6-35さんの献立			6-4Hさんの献立			24		
ぎゅうにゅう さんま とりにく あぶらあげ	キャベツ にんじん とうもろこし だいこん しいたけ こまつな	こめ さつまいも さんおんどう オリーブあぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう あぶらあげ たまご のり とりにく かまぼこ とうふ かんてん とうにゅう なまクリーム	にんじん れんこん みつば まいたけ えのきたけ ねぎ はくさい こまつな	こめ さとう さんおんどう ごま くり	ぎゅうにゅう かつお あぶらあげ みそ	しょうが はくさい ねぎ みかん	こめ おぎ どんぶり さんおんどう ごま さといも	ぎゅうにゅう とりにく ツナ みそ あぶらあげ	ゆかり なす だいこん きゅうり たまねぎ こまつな	こめ おぎ どんぶり こむぎこ こめあぶら ノンエッグ マヨネーズ しょうゆこうじ	ぎゅうにゅう ぶたにく かつおぶし とうふ あぶらあげ みそ わかめ	にんにく ねぎ しょうが ほししいたけ ピーマン ブロッコリー	こめ おぎ どんぶり じゃがいも さんおんどう どんぶり ごまあぶら
24 ふりかえきゅうじつ 振替休日			25 キョロケット むぎごはん			26 ターメリックライス			27 くるまふあけに			28★ てづくりあけぎょうざ		
594kcal 27.0g			503kcal 24.0g			583kcal 25.1g			781kcal 30.6g			ぎゅうにゅう ぶたにく		
ぎゅうにゅう たらすりみ ツナ かつおぶし みそ	たまねぎ にんじん もやし だいこん かぶ ねぎ かぶのは しょうが	こめ おぎ どんぶり さんおんどう こむぎこ パンこ ごま さんおんどう	ぎゅうにゅう たらすりみ ツナ かつおぶし みそ	たまねぎ にんじん もやし だいこん かぶ ねぎ かぶのは しょうが	こめ おぎ どんぶり さんおんどう こむぎこ パンこ ごま さんおんどう	ぎゅうにゅう とりにく ヨーグルト	にんにく しょうが たまねぎ トマトかん だいこん きゅうり にんじん	こめ おぎ どんぶり さんおんどう	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく なまあげ	しょうが ねぎ にんじん たまねぎ ごぼう だいこん れんこん ぶなしめじ	こめ おぎ くるまふ どんぶり こめあぶら さとう ぐずり こんにやく さといも	ぎゅうにゅう ぶたにく	にんじん たけのこ ほししいたけ ねぎ こまつな にんにく キヤベツ なら みかん	ちゅうかめん ごまあぶら さんおんどう さとう ラード どんぶり ぎょうざのかわ