



11月もりつけ表

毎月19日は
食育の日



3日(月) 	4日(火) シュウマイ ごま酢和え 白ごはん 家常豆腐	5日(水) 白身魚フライ たまごサラダ わかめごはん ポテトスープ	6日(木) 春巻き ひじきナムル 白ごはん 五目ラーメン	7日(金) みかん そぼろッコリーごはん 秋の幸汁
10日(月) 大学芋 中華おこわ 中華風 コーンスープ	11日(火) 加賀市産野菜を味わう日 オムレツ ねぎとブロッコリーのソテー ^{1人2ヶ} 特別栽培米 白ごはん 塩こうじボトフ	12日(水) めぎすから揚げ 江戸っ子煮 白ごはん ほうとう	13日(木) 和食の日献立 鶏肉と里芋の 揚げからめ ヨーグルト 白ごはん みそけんちん汁	14日(金)
17日(月) 肉団子の甘酢あん 小松菜の中華和え 白ごはん 韓国風肉じゃが	18日(火) ちらし寿司 野菜かき揚げ 治部煮汁	19日(水) ふくらぎの香味揚げ れんこんきんぴら 白ごはん かきたまみそ汁	20日(木) 加賀市の 恵味DAY 豚肉とねぎの 和風カレー 豆腐のサラダ	21日(金) 和食の日献立 いわしおかか煮 ゆかり和え 豆乳プリン 白ごはん 源助大根と 車麿のおでん
24日(月) 勤労感謝の日 振替日 	25日(火) れんこんとブロッコリーの ごママヨサラダ ミルクロール ツナのトマト クリームスパゲティ	26日(水) チーズ 鶏天 ツナと小松菜のサラダ 白ごはん 芋煮汁	27日(木) さばの生姜煮 もやしのごま炒め 白ごはん 鶏野菜汁	28日(金) りんご 木の葉丼 大豆とさつまいもの ごまからめ

今月の目標

病気と食事の関係を知ろう



地元の美味しい饅頭! 加賀市恵味DAY

加賀市でとれる食材を使った給食
の日です。加賀市には、田んぼや
畑はもちろん、海でとれる食材も
たくさんあります。「加賀市恵味DAY」
では1年を通していろいろな食材を
紹介していきます。

今月は

