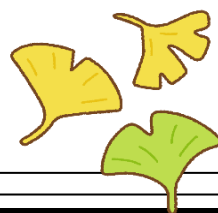


11月 わくわく献立表

こん だて ひょう



輪島分校

11月8日は
「いい歯の日」



<p>11月8日は「いい歯の日」</p>		<p>1日(水)</p> <p>ごはん</p> <p>シュウマイ</p> <p>ごもくにまめ</p> <p>五目煮豆</p> <p>じゃがいものうま煮</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p>	<p>2日(木)</p> <p>ごはん</p> <p>メンチカツ</p> <p>だいがく</p> <p>大学いも</p> <p>ゆで野菜</p> <p>とんじる</p> <p>豚汁</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p>	<p>3日(金)</p> <p>ぶんか ひ</p> <p>文化の日</p>
<p>6日(月)</p> <p>ごはん(減)</p> <p>スパゲッティミートソース</p> <p>やさい</p> <p>野菜スープ</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p>	<p>7日(火)</p> <p>ごはん</p> <p>たこやき</p> <p>カリフラワーのサラダ</p> <p>くるまふ</p> <p>車麩のたまごとじ</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p>	<p>8日(水)</p> <p>かみかみ給食の日</p> <p>ごはん</p> <p>きびなごカリカリフライ</p> <p>だいず</p> <p>大豆ポテトサラダ</p> <p>やさい</p> <p>野菜スープ</p> <p>まめ</p> <p>「豆によるこぶ」/牛乳</p>	<p>9日(木)</p> <p>ごはん</p> <p>とりにく</p> <p>鶏肉のコンフレク焼き</p> <p>やさい</p> <p>から</p> <p>ハムと野菜のピリ辛あえ</p> <p>あつあ</p> <p>しる</p> <p>厚揚げのみそ汁</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p>	<p>10日(金)</p> <p>ごはん</p> <p>やさい かい</p> <p>野菜と海そうのナムル</p> <p>どうふ</p> <p>マーボー豆腐</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p> <p>どうにゅう</p> <p>豆乳プリン</p>
<p>13日(月)</p> <p>ごはん</p> <p>しょうが</p> <p>ふくらぎの生姜みそだれ</p> <p>あ もの</p> <p>キャベツともやしの和え物</p> <p>おでん</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p>	<p>14日(火)</p> <p>むぎめし</p> <p>(麦飯)</p> <p>だいず</p> <p>大豆のひき肉カレー</p> <p>かき</p> <p>ツナと柿のサラダ</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p>	<p>15日(水)</p> <p>わかめごはん(減)</p> <p>いた</p> <p>ビーフン炒め</p> <p>まめじる</p> <p>うち豆汁</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p>	<p>16日(木)</p> <p>ピラフ</p> <p>はくさい</p> <p>白菜とりんごのサラダ</p> <p>どうにゅう</p> <p>豆乳スープ</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p>	<p>17日(金)</p> <p>ごはん</p> <p>や</p> <p>さばのみりん焼き</p> <p>こまつな</p> <p>小松菜のごま和え</p> <p>じる</p> <p>めった汁</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p>
<p>20日(月)</p> <p>ごはん</p> <p>ぶたにく</p> <p>豚肉コロッケ</p> <p>はなやさい</p> <p>花野菜サラダ</p> <p>はるさめ</p> <p>春雨スープ</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p>	<p>21日(火)</p> <p>ごはん</p> <p>さいきょうや</p> <p>ぶりの西京焼き</p> <p>そう あ もの</p> <p>ほうれん草の和え物</p> <p>しる</p> <p>なめこのみそ汁</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p> <p>クレープ</p>	<p>22日(水)</p> <p>むぎめし</p> <p>(麦飯)</p> <p>どん</p> <p>ビビンバ丼</p> <p>あ</p> <p>揚げギョウザ</p> <p>だいこん</p> <p>とうふ</p> <p>大根と豆腐のみそ汁</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p>	<p>23日(木)</p> <p>きんろうかんしゃ ひ</p> <p>勤労感謝の日</p>	<p>24日(金)</p> <p>ごはん</p> <p>おろしハンバーグ</p> <p>ジャーマンポテト</p> <p>しる</p> <p>みそ汁</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p>
<p>27日(月)</p> <p>ごはん ふりかけ</p> <p>にくやさいいた</p> <p>肉野菜炒め</p> <p>しる</p> <p>わかめのみそ汁</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p> <p>みかんゼリー</p>	<p>28日(火)</p> <p>ごはん</p> <p>に</p> <p>いわしのみそ煮</p> <p>さつまいもサラダ</p> <p>さわにわん</p> <p>沢煮椀</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p> <p>ちゅうがく</p> <p>(中学) キャンディチーズ</p>	<p>29日(水)</p> <p>ごはん</p> <p>とり</p> <p>鶏のからあげ</p> <p>きりほしだいこん</p> <p>切干大根のハムサラダ</p> <p>しる</p> <p>じゃがいものみそ汁</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p>	<p>30日(木)</p> <p>ごはん(減)</p> <p>ナゲット</p> <p>そう</p> <p>ほうれん草のおひたし</p> <p>じる</p> <p>カレーうどん汁</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>牛乳</p>	<p>あき みかく</p> <p>秋の味覚</p> <p>いっぱい</p>