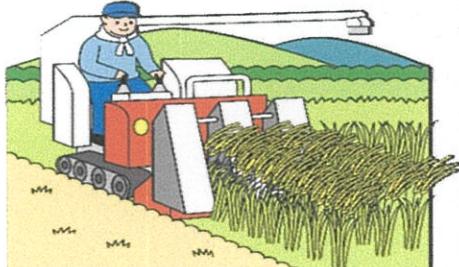


# 11月ごんたてひょう

令和3年度

港区立白金小学校

月	火	水	木	金
1日	2日	3日	4日	5日
ごはん ぎゅうにゅう とりのピリカラやき きりぼしだいこんのペペロンチーノ みそしる	きっかいりわかめごはん ぎゅうにゅう いかのたつたあげ ごまあえ かきたまじる <b>3日「文化の日」</b>		たかなどひきにくのチャーハン ぎゅうにゅう はるさめスープ もやしとわかめのごまじょうゆ	フィッシュバーガー <sup>1</sup> ぎゅうにゅう ミネストローネスープ みかん
エネルギー - 601 kcal	エネルギー - 599 kcal	<b>文化の日</b>	エネルギー - 602 kcal	エネルギー - 630 kcal
8日	9日	10日	11日	12日
やまさかたっしゃめし ぎゅうにゅう きびなごのからあげ みそしる はくさいとりんごのサラダ <b>8日「いい歯の日」</b>	ごはん ぎゅうにゅう スタミナなっとう にくじゃが キャベツとわかめのからしじょうゆ	ブラックカレーライス ぎゅうにゅう だいすいりサラダ ラ・フランス	ごはん ぎゅうにゅう いなだのてりやき キャベツのあえもの いものこじる <b>6年生社会科見学</b>	きつねうどん ぎゅうにゅう もやしのチャプチェふう いがぐりあげ
エネルギー - 662 kcal	エネルギー - 675 kcal	エネルギー - 653 kcal	エネルギー - 634 kcal	エネルギー - 602 kcal
15日	16日	17日	18日	19日
ごはん ぎゅうにゅう きんぴらコロッケ いそあえ みそしる	スパゲティ・きのこいりミートソース ぎゅうにゅう フレンチポテト コールスローサラダ <b>3年生社会科見学</b>	しおむすび ぎゅうにゅう おでん そくせきづけ みかん <b>体力アップ献立</b>	マーボーどん ぎゅうにゅう たまごスープ かき	シンガポールふうチキンライス ぎゅうにゅう ビーフンスープ パイナップルケーキ <b>「世界を味わおう」 シンガポールの料理</b>
エネルギー - 649 kcal	エネルギー - 669 kcal	エネルギー - 610 kcal	エネルギー - 650 kcal	エネルギー - 676 kcal
22日		24日	25日	26日
ごはん ぎゅうにゅう ホッケのしおやき だいこんのそぼろに みそしる <b>6年生箱根移動教室</b>		ごはん ぎゅうにゅう むろあじのつくねやき こんにゃくとさつまいものピリカラ あさづけ すましじる <b>24日「和食の日」</b>	イエローライス ぎゅうにゅう ポトフ みかん	ふきよせごはん ぎゅうにゅう なめこじる メヒカリのいしがきあげ ビーフンのこうみいため <b>骨力アップ献立</b>
エネルギー - 600 kcal	<b>勤労感謝の日</b>	エネルギー - 659 kcal <b>食育推進事業献立</b>	エネルギー - 626 kcal	エネルギー - 616 kcal
29日	30日			
さつまのけいはん ぎゅうにゅう さつまいものサラダ <b>鹿児島県の郷土料理</b>	ごはん ぎゅうにゅう ジャンボぎょうざ ナムル めかたまじる			
エネルギー - 606 kcal	エネルギー - 587 kcal			

<今月の給食目標>

食事のあいさつをきちんとしよう