



# 11月きゅうしょくはいぜんず



月		火	水	木	金
		<div>1</div> <div>ブルーベリーゼリー</div> <div>ぎゅうにゅう</div> <div>ポテトサラダ</div> <div>キーマカレー</div> <div>ナン</div> <div>やさいスープ</div>	<div>2</div> <div>ぎゅうにゅう</div> <div>こんぶのひりからいため</div> <div>あじフライ</div> <div>ごはん</div> <div>おくずかけ</div>	<div>3</div> <div>文化の日</div> <div></div>	<div>4</div> <div>北教研</div> <div></div>
		ナンは インドで食べられてるパンです。ナンをちぎって、キーマカレーにつけて食べてみましょう。		おくずかけは 宮城県の郷土料理です。地域や家庭によって 具はいろいろです。今日は白石うーめんを入れました。	
<div>7</div>	<div>かき</div> <div>ぎゅうにゅう</div> <div>ほうれんそうのいそかあえ</div> <div>そぼろどん</div> <div>けちんじる</div>	<div>8</div> <div>ぎゅうにゅう</div> <div>グリーンサラダ</div> <div>とりにくのトマトに</div> <div>ミルクパン</div> <div>パンプキンシチュー</div>	<div>9</div> <div>みかん</div> <div>ぎゅうにゅう</div> <div>キャベツのひじきあえ</div> <div>さばのみそに</div> <div>ごはん</div> <div>あつあげのみそしる</div>	<div>10</div> <div>ぎゅうにゅう</div> <div>はるさめサラダ</div> <div>カミカミすぶた</div> <div>ごはん</div> <div>たまごいりコーンスープ</div>	<div>11</div> <div>ヨーグルト</div> <div>ぎゅうにゅう</div> <div>きりぼしだいこんのにもん</div> <div>てりやきチキン</div> <div>さつまいもごはん</div> <div>はくさいのみそしる</div>
		パンプキンは 英語で「かぼちゃ」という意味です。風邪を予防する カロチンが豊富です。		さむい日にもセッケンをつかって きれいに手を洗いましょう。ハンカチもわすれずに。	
		「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつがきちんとできましたか？		噛み応えたっぷりの「すぶた」です。よくかんで食べましょう。	
		小学部のさつまいもごはん 小学部からさつまいもをもらいました！感謝して 味わって食べましょう。			
<div>14</div>	<div>りんご</div> <div>ぎゅうにゅう</div> <div>かんないはくさいのあさづけ</div> <div>みやぎけんさんぎんざけフライ</div> <div>ごはん</div> <div>かんないだいこんのおでん</div>	<div>15</div> <div>ぎゅうにゅう</div> <div>フレンチサラダ</div> <div>かんないポテトとウインナーのチーズやき</div> <div>しょくパンいちごジャム</div> <div>チキンボールスープ</div>	<div>16</div> <div>バナナ</div> <div>ぎゅうにゅう</div> <div>ほうれんそうのツナあえ</div> <div>ぶりのねぎみそやき</div> <div>ごはん</div> <div>かんないやさいのいもにじる</div>	<div>17</div> <div>みかん</div> <div>ぎゅうにゅう</div> <div>かんないさつまいものだいごいも</div> <div>やきそば</div> <div>みそワンドンスープ</div>	<div>18</div> <div>ぎゅうにゅう</div> <div>マカロニサラダ</div> <div>かんないだいこんっぱのまぜごはん</div> <div>ヒレカツミニトマト(2こ)</div> <div>かんないだいこんのみそしる</div>
<div><div></div><div><b>かんないやさいウィーク</b></div><div></div></div> <div>この一週間は、高等部園芸班が育てた野菜を給食につかいます。 (太字になっているメニューです) 園芸班がいっしょうけんめい育てた野菜です。くわしくは食育だよりをみてね。</div> <div></div>					
<div>21</div>	<div>がっこうさい</div> <div>学校祭</div> <div>ふりかきゅうぎょうび</div> <div>振替休業日</div> <div></div>	<div>22</div> <div>ヨーグルト</div> <div>ぎゅうにゅう</div> <div>ちくぜんに</div> <div>さんまのしおやき</div> <div>ごはん</div> <div>わかめみそしる</div> <div>宮城の新米を味わおう「ササニシキ」 サラリとおだやかな味わいが特徴です。刺身やお寿司などの和食に合うと言われてています。</div>	<div>23</div> <div>きんろうかんしゃ ひ</div> <div>勤労感謝の日</div> <div></div>	<div>24</div> <div>とうにゅう</div> <div>プリン</div> <div>だいずもやしのナムル</div> <div>ジャージャン豆腐</div> <div>ごはん</div> <div>ビーフスープ</div> <div>宮城の新米を味わおう「ささ結び」 大崎市で誕生したお米です。ササニシキとひとめぼれの良いところを組み合わせできました。</div>	<div>25</div> <div>カミカミかいそう</div> <div>サラダ</div> <div>ミニトマト(2こ)</div> <div>フルーツのゼリーあえ</div> <div>ポークカレーライス</div> <div>食事の時の姿勢はどうですか？せすじをのばして さらを持って食べましょう。</div>
<div>28</div>	<div>ぎゅうにゅう</div> <div>はなやさいのおかかあえ</div> <div>スパニッシュオムレツ</div> <div>とりごぼうごはん</div> <div>まめふのみそしる</div>	<div>29</div> <div>キウイフルーツ</div> <div>ぎゅうにゅう</div> <div>だいこんサラダ</div> <div>えびかつ</div> <div>よこわりまるパン</div> <div>ポトフ</div> <div>パンにエビカツやスライスチーズ サラダをはさめて オリジナルバーガーを作りましょう。</div>	<div>30</div> <div>りんご</div> <div>ぎゅうにゅう</div> <div>にくじゃが</div> <div>ほっけのしおやき</div> <div>ごはん</div> <div>ほたてのみそしる</div> <div>宮城の新米を味わおう「だて正夢」 もっちりとした食感の新品種です。かめばかむほどあまみが増します。冷めてもおいしいのが特徴です。</div>		
スパニッシュオムレツはスペイン料理の1つで、じゃが芋や玉葱が入ったボリュームのあるオムレツです。					