



11 月 予 定 献 立 表



高岡市立国吉中学校

| 日 曜 | 行事 | 主 食 | 副 食 | エネルギー (kcal) |
|------|----------------|------------------|---|--------------|
| 1 金 | | ごはん | 鰯の梅煮 豚キムチ炒め 豆乳汁 柿 | 787 |
| 4 月 | 振 替 休 日 | | | |
| 5 火 | | ごはん | 豚肉と大豆のねぎソースがらめ ほうれん草とキャベツのひたし じゃがいもとぎのこのみそ汁 | 843 |
| 6 水 | | 1/2コッペパン | 鮭のもみじ焼き 白菜とパインのサラダ ソフト麺のコーンクリームかけ | 942 |
| 7 木 | 学校給食 たかおかの日 | 国吉りんごパン | 高岡昆布コロッケ カラフルあえ グリーンラーメン みかん | 784 |
| 8 金 | 学校給食 とやまの日 | ごはん | ふくらぎのゆずみそかけ お酢合い 里芋のそぼろ煮 国吉りんご | 863 |
| 11 月 | | ごはん | 鶏肉の黄金焼き ビーフンソテー ごまみそ汁 ぶどうゼリー | 874 |
| 12 火 | | 減量ごはん | 高岡野菜のかき揚げ かぶの色とり かやくうどん | 795 |
| 13 水 | | ごはん | わかさぎの南蛮漬け 納豆あえ おでん | 812 |
| 14 木 | | 米粉パン | コーンエッグ フルーツヨーグルトあえ ポークビーンズ | 855 |
| 15 金 | 授業参観 | 栗ごはん | 焼き鯖 小松菜のおひたし さつま汁 国吉りんご | 829 |
| 18 月 | 6市連携 地場産品献立 | ハトムギ入り しそごはん | ゴーセイなメンチカツ 枝豆サラダ 氷見うどん汁 6市ミックスゼリー | 874 |
| 19 火 | | きなこ揚げパン | 荒引きウインナー 青菜のコーンあえ 白菜スープ | 861 |
| 20 水 | 食19丼の日 | 国吉きのこの チキン南蛮丼 | 茹でブロッコリー みそかきたま汁 果実ヨーグルト | 798 |
| 21 木 | | 食パン | オムレツ 野菜サラダ わかめスープ チョコビーンズクリーム | 810 |
| 22 金 | | ごはん | 高岡流お好み焼き「ととまる」 かぶのゆずあえ 煮しめ | 782 |
| 25 月 | | ごはん | ミックスみそ豆 三色ナムル 韓国風肉じゃが | 851 |
| 26 火 | | 食パン | 豚肉とレバーのケチャップがらめ 粉吹きさつまいも 木津大根ポタージュ | 866 |
| 27 水 | | ごはん | いかのアーモンドがらめ ほうれん草としいたけのおひたし 大根と油揚げの味噌汁 ブルーベリーゼリー | 795 |
| 28 木 | | ごはん | 里芋ハンバーグ 海藻サラダ 塩こうじ鍋 みかん | 768 |
| 29 金 | 郷土食献立 | ごはん | 千草焼き 五目豆 すりみ汁 | 767 |

※エネルギー (kcal) は、820kcalを基準としています。

※ 原則として牛乳が毎日つきます。

※ 都合により献立が変更になることがありますのでご了承ください。

