



# 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。

