

11月(第4週目)の給食

11月21日(月)

焼きそば
三色野菜の中華漬
アシドミルク



●血や肉をつくる●
豚肉・青のり・アシドミルク

●熱や力の素になる●
焼きそば麺・植物油・ごま
砂糖・ごま油

●体の調子を整える●
玉ねぎ・キャベツ・人参・大根
きゅうり

11月22日(火)

ツナサンド
ビーフシチュー
みかん



●血や肉をつくる●
ツナ・牛肉

●熱や力の素になる●
食パン・マヨネーズ
じゃがいも

●体の調子を整える●
キャベツ・人参・玉ねぎ・コーン
グリーンピース・みかん

11月23日(水)



11月24日(木)

わかめごはん
豚肉とかぶの煮物
青菜のおかか和え
牛乳



●血や肉をつくる●
わかめ・豚ひき肉・糸かつお
牛乳

●熱や力の素になる●
金芽米・植物油・砂糖・片栗粉

●体の調子を整える●
かぶ・人参・ほうれん草・小松菜
えのき

11月25日(金)

麦ごはん
シュンユイ
ブロッコリー
白菜と春雨のスープ



●血や肉をつくる●
メルルーサ・豚肉

●熱や力の素になる●
金芽米・押麦・片栗粉・ごま油
砂糖・春雨・植物油

●体の調子を整える●
生姜・小ねぎ・ブロッコリー
白菜・人参