

| 月曜日                                                                                                   | 火曜日                                                                                                                   | 水曜日                                                                                              | 木曜日                                                                                                         | 金曜日                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>11月はいぜんず (幼稚園)</b><br>                                                                             |                                                                                                                       | 1 ミネストローネは、ぐだくさんのやさいスープというみのイタリアのスープです。<br>ツナサンドのぐ<br>さといものからあげ<br>ぜんりゅうふんパン<br>こんさいのミネストローネ<br> | 2 さばは、あきがしゆんのさかなです。<br>きりぼしだいこんのになます さばのしおやき<br>さつまいもごはん<br>たべてなのみそしる<br>                                   | 3 文化の日<br>                                                                                                     |
| 6 まんばは、あきからふゆにかけてとれるやさいです。<br>りんご<br>まんばのごまずあえ<br>MILK<br>ごはん<br>とうふといかのチリソースに<br>                    | 7 ぜんこくではじめて「はまち」のようしよくにせいこうしたかがわけん。これをきねんしてかがわけんのけんぎよとなりました。<br>ブロッコリーのごまあえ はまちのてりやき<br>MILK<br>ごはん<br>じゃがいものみそしる<br> | 8 11月8日は「いいはのひ」です。<br>ビーンズサラダ<br>MILK<br>こめごパン<br>さつまいもシチュー<br>                                  | 9 かがわけんでは、みかんのさいばいがさかんです。<br>みかん チヌだんごとかぼちゃのあまずあんかけ<br>MILK<br>ごはん<br>もずくたまごのスープ<br>                        | 10 かがわけんではかいはいつしたおうごんいろをしたキウイフルーツなので「さぬきゴールド」となづけられました。<br>さぬきゴールド だいこんいりドライカレー<br>MILK<br>むぎごはん<br>やさいスープ<br> |
| 13 しっかりよくかんでたべることで、ぶたにくとごぼうのうまみがあじわえます。<br>りんご<br>キャベツとはるさめのあまずあえ<br>MILK<br>むぎごはん<br>ごぼうとぶたにくのもの<br> | 14 かおりのよいしゆんぎくをかきあげにしました。<br>みかん<br>うどん<br>MILK<br>ごもくうどん<br>しゆんぎくのかきあげ<br>                                           | 15 ブロッコリーはキャベツのなかまのやさいです。<br>チーズ ブロッコリーとひじきのサラダ<br>MILK<br>コッペパン<br>テリコンカン<br>                   | 16 せとないかいにめんしたかがわけんでは、あおのりのようしよくがおこなわれています。<br>いりたまごいりやさいソテー<br>MILK<br>てづくり<br>あおのりふりかけ<br>ごはん<br>いもたこ<br> | 17 みかんジュースでソースをつくりました。<br>みかんかおるすずきのあまから<br>MILK<br>なめし<br>とん汁<br>                                             |
| 20 しょうゆまめは、かがわけんのきょうどりようりです。<br>セロリとちくわのいためもの<br>MILK<br>しょうゆまめ<br>ごはん<br>とりにくとうずらたまごのうまに<br>         | 21 ふゆにしゆんをむかえるはくさいは、なべやスープなど、いろいろなりようりにつかわれます。<br>りんご<br>ビビンバ<br>MILK<br>むぎごはん<br>はくさいスープ<br>                         | 22 きんときいもときんときにんじん「ダブル」きんときです。<br>ダブルきんときサラダ<br>MILK<br>キウイフルーツ<br>コッペパン<br>カレーヌードルスープ<br>       | 23 勤労感謝の日<br>                                                                                               | 24 11月24日は「わしよくのひ」です。しょうらいにのこしておきたいしよくぶんかです。<br>やさいのしそあえ さわらのすだちしょうゆかけ<br>MILK<br>たきごみごはん<br>とうふのみそしる<br>      |
| 27 ダイシモチむぎは、けんこうによいはたらきがあるとうちゅうもくされています。<br>ぶたにくときのこのしょうがいため<br>MILK<br>ダイシモチむぎごはん<br>かきたまじる<br>      | 28 だいこんのせつかに、かがわけんのきょうどりようりです。<br>だいこんのせつかに<br>MILK<br>たべてなのおぼんずあえ<br>ごはん<br>とりにくのもみじあげ<br>                           | 29 こまつなでジェノベーゼソースをつくりました。<br>ヨーグルト だいこんとじゃこのサラダ<br>MILK<br>ミルクパン<br>ジェノベーゼソースふうクリームスパゲティ<br>     | 30 「おいでまい」には、かがわけんにたべにきてほしいというねがいがこめられています。<br>みかん ぎゅうにくとれんこんのきんぴら<br>MILK<br>むぎごはん<br>あぶたまどんぶりのぐ<br>       |                                                                                                                |

| 月曜日                                                                                             | 火曜日                                                                                                           | 水曜日                                                                                                             | 木曜日                                                                                            | 金曜日                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>11月はいぜんず (小学校)</b><br>                                                                       |                                                                                                               | <b>水曜日</b><br>1 ミネストローネは、ぐだくさんのやさいスープというみのイタリアのスープです。<br>ツナサンドのぐ<br>さといものからあげ<br>ぜんりゆうふん/パン<br>こんさいのミネストローネ<br> | <b>木曜日</b><br>2 さばは、あきがしゅんのさかなです。<br>きりぼしだいこんのになます さばのしおやき<br>さつまいもごはん<br>たべてなのみそしる<br>        | <b>金曜日</b><br>3 文化の日<br>                                                                         |
| 6 まんばは、あきからふゆにかけてとれるやさいです。<br>りんご まんばのごますあえ<br>ごはん<br>どうふといかのチリソースに<br>                         | 7 ぜんこくではじめて「はまち」のようよくにせいこうしたかがわけん。これをきねんしてかがわけんのけんぎよとなりました。<br>ブロッコリーのごますあえ はまちのてりやき<br>ごはん<br>じゃがいものみそしる<br> | 8 11月8日は「いいはのひ」です。<br>ピーンズサラダ<br>アーモンドこぼし<br>こめこパン<br>さつまいもシチュー<br>                                             | 9 かがわけんでは、みかんのさいばいがさかんです。<br>みかん チヌだんごとかぼちゃのあますあんかけ<br>ごはん<br>もずくたまごのスープ<br>                   | 10 かがわけんでは、みかんのさいばいがさかんです。<br>さめきゴールド だいこんいりドライカレー<br>むぎごはん<br>やさいスープ<br>                        |
| 13 しっかりよくかんでたべることで、ぶたにくとごぼうのうまみがあがいます。<br>りんご キャベツとはるさめのあますあえ<br>むぎごはん<br>ごぼうとぶたにくのもの<br>       | 14 かおりのよいしゅんぎくをかきあげにしました。<br>みかん うどん<br>ごもくうどん<br>しゅんぎくのかきあげ<br>                                              | 15 ブロッコリーはキャベツのなかまのやさいです。<br>チーズ ブロッコリーとひじきのサラダ<br>コッペパン<br>チリコンカン<br>                                          | 16 せとないかいにめんしたかがわけんでは、あおりのようよくがおこなわれています。<br>いりたまごいりやさいソテー<br>てづくり あおりのふりかけ<br>ごはん<br>いもたこ<br> | 17 みかんジュースでソースをつくりました。<br>みかんかおるすずきのあまから<br>なめし<br>とん汁<br>                                       |
| 20 しょうゆめめは、かがわけんのきょうどりよりです。<br>セロリとちくわのいためもの<br>ごはん<br>とりにくとうすらたまごのうまに<br>                      | 21 ふゆにしゅんをむかえるはくさいは、なべやスープなど、いろいろなりようりにつかわれます。<br>りんご ピンパ<br>むぎごはん<br>はくさいスープ<br>                             | 22 きんときもときんときにんじん「ダブル」きんときです。<br>キウイフルーツ ダブルきんときサラダ<br>コッペパン<br>カレーヌードルスープ<br>                                  | 23 勤労感謝の日<br>                                                                                  | 24 11月24日は「わしよくのひ」です。しょうらいのこしておきたいしよくふんかです。<br>やさいのしそあえ さわらのすだちしょうゆかけ<br>たきごみごはん<br>どうふのみそしる<br> |
| 27 ダイシモチむぎは、けんこうによいはたらきがあるとうちゅうもくされています。<br>ぶたにくときのこのしょうがいため<br>りんご<br>ダイシモチむぎごはん<br>かきたまじる<br> | 28 だいこんのせつかに、かがわけんのきょうどりよりです。<br>だいこんのせつかに<br>たべてなのしおぼんずあえ<br>ごはん<br>とりにくのもみじあげ<br>                           | 29 こまつなでジェノベーゼソースをつくりました。<br>ヨーグルト だいこんとじゃこのサラダ<br>ミルクパン<br>ジェノベーゼソースふうクリームスパゲティ<br>                            | 30 「おいでまい」には、かがわけんにたべにきてほしいというねがいがこめられています。<br>みかん ぎゅうにくとれんこんのきんぴら<br>むぎごはん<br>あぶたまどんぶりのぐ<br>  |                                                                                                  |

| 月曜日                                                                                           | 火曜日                                                                                                     | 水曜日                                                                                                 | 木曜日                                                                                          | 金曜日                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>11月 配膳図 (中学校)</b></p>                                                                   |                                                                                                         | <p>1 ミネストローネは、貝だくさんの野菜スープという意味のイタリアのスープです。</p> <p>ツナサンドの具<br/>里いものから揚げ<br/>全粒粉パン<br/>根菜のミネストローネ</p> | <p>2 さばは、秋が旬の魚です。</p> <p>切り干し大根の煮なます さばの塩焼き<br/>さつまいもごはん<br/>食べて菜のみそ汁</p>                    | <p>3 文化の日</p>                                                                                      |
| <p>6 まんばは、秋から冬にかけてとれる野菜です。</p> <p>りんご<br/>まんばのごま酢あえ<br/>ごはん<br/>豆腐といかのチリソース煮</p>              | <p>7 全国ではじめて「はまち」の養殖に成功した香川県。これを記念して香川県の県魚となりました。</p> <p>ブロッコリーのごまあえ はま치의照り焼き<br/>ごはん<br/>じゃがいものみそ汁</p> | <p>8 11月8日は「いい菌の日」です。</p> <p>ビーンズサラダ<br/>アーモンド小煮干し<br/>米粉パン<br/>さつまいもシチュー</p>                       | <p>9 香川県では、みかんの栽培がさかんです。</p> <p>みかん チヌだんごとかぼちゃの甘酢あんかけ<br/>ごはん<br/>もずくと卵のスープ</p>              | <p>10 香川県で開発した黄金色をしたキウイフルーツなので「さぬきゴールド」と名付けられました。</p> <p>さぬきゴールド 大根入りドライカレー<br/>麦ごはん<br/>野菜スープ</p> |
| <p>13 しっかりよくかんで食べることで、ぶた肉とごぼうのうま味が味わえます。</p> <p>納豆 キャベツとはるさめの甘酢あえ<br/>麦ごはん<br/>ごぼうとぶた肉の煮物</p> | <p>14 香りのよいしゅんぎくをかき揚げにしました。</p> <p>みかん うどん<br/>五目うどん<br/>春菊のかき揚げ</p>                                    | <p>15 ブロッコリーはキャベツのなかまの野菜です。</p> <p>チーズ ブロッコリーとひじきのサラダ<br/>コッペパン<br/>チリコンカン</p>                      | <p>16 瀬戸内海に面した香川県では、あおりの養殖が行われています。</p> <p>手作り青のりふりかけ<br/>ごはん<br/>いもたこ</p>                   | <p>17 みかんジュースでソースを作りました。</p> <p>みかん香るすずきのあまから<br/>なめし<br/>どん汁</p>                                  |
| <p>20 しょうゆ豆は、香川県の郷土料理です。</p> <p>セロリとちくわの炒め物<br/>しょうゆ豆<br/>ごはん<br/>鶏肉とうずら卵のうま煮</p>             | <p>21 冬に旬をむかえる白菜は、鍋やスープなど、いろいろな料理に使われます。</p> <p>ピビンバ<br/>りんご<br/>麦ごはん<br/>はくさいスープ</p>                   | <p>22 金時いもと金時にんじんで「ダブル」金時です。</p> <p>ダブル金時サラダ<br/>キウイフルーツ<br/>コッペパン<br/>カレーヌードルスープ</p>               | <p>23 勤労感謝の日</p>                                                                             | <p>24 11月24日は「和食の日」です。将来に残しておきたい食文化です。</p> <p>野菜のしそあえ さわらのすだちしょうゆかけ<br/>たきごみごはん<br/>豆腐のみそ汁</p>     |
| <p>27 ダイシモチ麦は、健康によいはたらきがあると注目されています。</p> <p>豚肉ときこのしょうが炒め<br/>ダイシモチ麦ごはん<br/>かきたま汁</p>          | <p>28 大根の雪花煮は、香川県の郷土料理です。</p> <p>大根の雪花煮<br/>のりの佃煮<br/>ごはん<br/>鶏肉のもみじあげ</p>                              | <p>29 小松菜でジェノベーゼソースを作りました。</p> <p>ヨーグルト 大根とじゃこのサラダ<br/>ミルクパン<br/>ジェノベーゼソース風クリームスパゲティ</p>            | <p>30 「おいでまい」には、香川県に食べに来てほしいという願いがこめられています。</p> <p>みかん 牛肉とれんごんのきんぴら<br/>麦ごはん<br/>あぶたま丼の具</p> |                                                                                                    |