



11月こんだてひょう

令和4年11月
舞鶴市立岡田小学校

こんげつ もくひょう ちいき た もの よ し
今月の目標 地域の食べ物の良さを知ろう！

ぎゅうにゅう まいにち
※牛乳は毎日つきます

内海さんの畑
で1・2年生がさ
つま芋・4年生が
ごぼうの収穫を
させていただきます。

	1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)
	<ul style="list-style-type: none"> 大豆入りドライカレー じゃが芋のチーズ煮 コーンスープ はちみつレモンゼリー <p>【マラソン大会】</p>	<ul style="list-style-type: none"> ポトフ 野菜チップス ミルクパン 	<p>文化の日</p> 	<ul style="list-style-type: none"> きな粉揚げパン 野菜炒め かきたま汁 
7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金)
<ul style="list-style-type: none"> スイートカレー フルーツサラダ 福神漬け 	<ul style="list-style-type: none"> 里芋ご飯 かますのから揚げ 豚汁 <p>【いい歯の日】</p> 	<ul style="list-style-type: none"> 鮭とブロッコリーの豆乳グラタン 野菜スープ 黒糖パン 	<ul style="list-style-type: none"> 肉じゃが 万願寺甘とうの炒め煮 	<ul style="list-style-type: none"> ツナサンド 白菜のスープ スイートポテト
14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)	18 (金)
<ul style="list-style-type: none"> 豚肉とごぼうのかりん揚げ きのこ汁 	<ul style="list-style-type: none"> きのこご飯 白身魚のもみじ焼き 豆腐のみそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ビーフシチュー ポパイサラダ 全粒粉パン 	<ul style="list-style-type: none"> マーボー豆腐 大豆と煮干しとさつま芋の揚げ煮 	<ul style="list-style-type: none"> 親子うどん 切干大根のごま和え みかんジャム バナナ 
21 (月)	22 (火)	23 (水)	24 (木)	25 (金)
<ul style="list-style-type: none"> 手作り豆腐ハンバーグ 添え野菜 大根のみそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> きつね寿司 鶏の天ぷら すまし汁 	<p>勤労感謝の日</p> 	<ul style="list-style-type: none"> サバの塩焼き 大根のきんぴら すまし汁 <p>【和食の日献立】</p>	<p>金曜日はカレーの日</p> <ul style="list-style-type: none"> カレービーンズ ブロッコリーサラダ 杏仁風プリン
28 (月)	29 (火)	30 (水)	<p>(麦ご飯) (規格パン)</p>	
<ul style="list-style-type: none"> 肉団子と白菜のスープ おから 味付け海苔 	<ul style="list-style-type: none"> 牛肉とごぼうの混ぜご飯 エテカレイのから揚げ 厚揚げのみそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> 里芋のグラタン かぶのスパイススープ ミルクパン 	<p>こんげつ ちきん ちしょう 今日の地産地消</p> <p>《舞鶴の海から》</p> <p>8日(火) カマス 29日(火) エテカレイ</p>   <p>《加佐地域の生産者様から購入した野菜》</p> <p>人参・ほうれん草・南瓜・白菜</p> 	

(米飯)

(減量ご飯)

(加工パン)

いいは) 11日8日



【いい歯の日】

よくかむことを意識して

食べましょう。

カミカミ献立の日に歯のマークを付けています。

いいにほんしょく)

11月24日(休)

【和食の日】

和食文化の保護、継承の大切さを考える日と制定されました。

給食では

24日に和食献立を実施します。