

月	火	水	木	金
11月の献立の紹介 旬の食材:りんご、御浜町のみかん、ねぎ、大根、白菜、にんじん、ごぼう 7.14.20.30日:6年生希望献立 楽しく食べてね! 22日:和食の日 ユネスコ無形文化遺産に登録された和食のよさを感じられる献立にしました。 24日:まつもとの日 郷土食の波田漬け(摘果したスイカが入った福神漬け)のあえ物です。 6年4組は自分たちで作ることに挑戦しました! 27日~:小学校読書旬間 ひとロメモで、本の紹介をします。		1 牛乳 ごはん 白菜のみそ汁 酢豚 まぜっこサラダ	2 牛乳 小2欠 コッペパン 野菜スープ 焼きフランクフルト コールスロー	3 文化の日 
	6 牛乳 ごはん ごまキムチ汁 厚揚げと豚肉のみそ炒め 大根とツナのサラダ	7 牛乳 6-4希望献立 キムタクごはん コーンスープ 鶏肉のマーマレード焼き 寒天サラダ	8 牛乳 小11:35~ ごはん ポークカレー まめまめサラダ 御浜町のみかん	9 牛乳 乳有 コッペパン かぼちゃのポターージュ タラのカレーマリネ シャキシャキポテトサラダ
13 牛乳 ごはん 鶏ごぼう汁 シルバー漬け焼き 切り昆布とじゃがいもの煮物	14 牛乳 6-2希望献立 ごはん なめこのみそ汁 レバーとポテトのケチャップあえ はるさめサラダ	15 牛乳 小6欠 ごはん 田舎汁 厚揚げのごまみそかけ のり酢あえ	16 牛乳 小6欠 食パン ポークビーンズ ブロッコリーサラダ りんご入りフルーツヨーグルト	17 牛乳 小6欠 ごはん 大根のみそ汁 ホキフライ なめたけあえ
20 牛乳 6-1希望献立 わかめごはん キムチ鍋 山賊焼き シーザーサラダ	21 牛乳 ごはん はるさめすまし 肉じゃが 納豆あえ	22 牛乳 和食の日献立 ごはん カツオ昆布だしのすまし汁 わらさ照り焼き 里芋のそばろ煮	23 勤労感謝の日 	24 牛乳 まつもとの日 ごはん 寄せ鍋汁 安曇野わさびコロケツ 波田漬けあえ
27 牛乳 小学校読書旬間 ごはん 吉野汁 厚焼き卵 切干大根の炒り煮	28 牛乳 乳卵小麦有 ごはん 具だくさんみそ汁 おからハンバーグ おろしソース ごまブロッコリー	29 牛乳 さつまいもごはん 白菜鍋 鮭のみそ漬け焼き 浅漬け	30 牛乳 6-3希望献立 抹茶揚げパン ABCスープ かみかみサラダ りんご	具だくさんみそ汁 季節のおすすめ かみかみ献立 郷土料理

食育だより

行事は変更になる場合があります。都合により献立が変更になることがあります。

11月24日は和食の日です

給食では「だして味わう和食の日」として、22日にかつおと昆布の合わせだしをとって、すまし汁を作ります。楽しみにしてくださいね。

おいしい「だし」の取り方&

「だし」を使った和食レシピ

はこちらから→



朝ごはんを食べよう!

「朝ごはんを食べたほうがいいことはわかっているけど、何を食ったらいい?」

「短時間でおいしいレシピを知りたい!」

と思いませんか?

こちらの松本市のHPから
 おすすめの朝ごはんレシピが
 見られます!

