









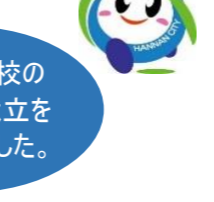




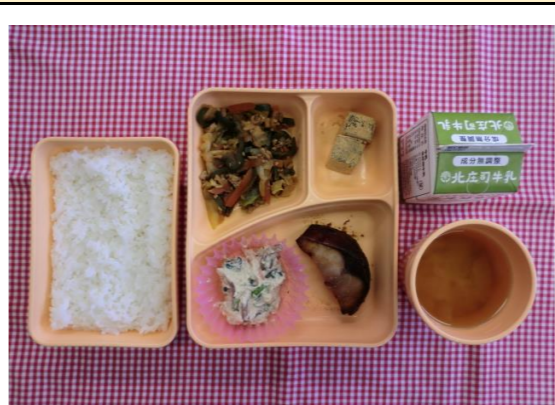

# 令和4年 11月の献立

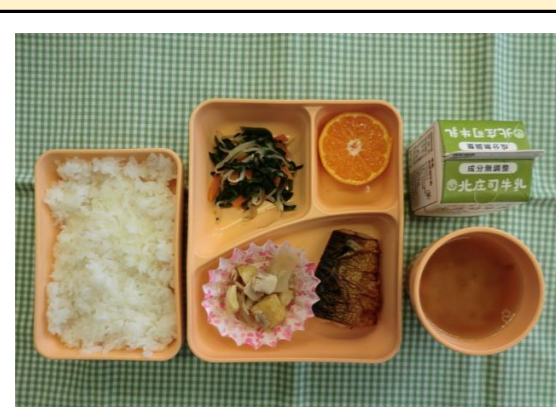




1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)
 <p>米飯 マーボー豆腐 中華サラダ 蒸ししゅうまい 中華スープ 牛乳</p>	 <p>米飯 野菜コロッケ お浸し 五目煮 パイナップル缶 親子丼 牛乳</p> <p>飯の峯中学校の3年生の献立を参考にしました。</p> 	<p>文化の日</p>	 <p>米飯 豆腐ハンバーグの照り焼きソース ブロッコリー ミルクココア ひじき煮 ゆず和え 味噌汁 牛乳</p>

7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)
 <p>米飯 白身魚の唐揚げ ソース(小袋) お浸し 豚じゃが みかん缶 味噌汁 牛乳</p>	 <p>米飯 鶏の竜田揚げ 野菜炒め ブロッコリーのごま和え ミニトマト フルーツミックス さつま芋の味噌汁 牛乳</p> <p>鳥取中学校の1年生の献立を参考にしました。</p>	 <p>米飯 オムレツ ゆかり和え 根菜煮 わらび餅(きなこ) 牛丼 牛乳</p> <p>なにわ黒牛は松田牧場より仕入れました。</p> 	 <p>コッペパン 白身魚フライ タルタルソース(小袋) カレーソテー ケチャップ煮 マリネ スープ 牛乳</p>	 <p>米飯 回鍋肉 中華煮 フルーツ杏仁 中華スープ 牛乳</p>

14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)
 <p>米飯 揚げギョーザの酢醤油かけ ポイルキャベツ チャプチェ パレンシアオレンジ コンスープ 牛乳</p>	 <p>米飯 里芋コロッケ やさしいふりかけのりかつお(小袋) コーンソテー ツナサラダ フルーツポンチ スープ 牛乳</p> <p>泉南産の里芋を使いました。</p> 	 <p>たこめし 鮭の塩焼き だし巻き玉子 インゲンのごま和え 切干大根煮 みかん さつま汁 牛乳</p> <p>泉たこは尾崎漁協より仕入れました。</p> <p>貝掛中学校の3年生の献立を参考にしました。</p> 	 <p>竹輪の南部揚げ 野菜炒め おにぎり 肉うどん 牛乳</p> 	 <p>黒糖コッペパン 鶏肉のトマトソース煮 グリーンサラダ オムレツ コンソメスープ 牛乳</p>

21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)
 <p>米飯 白身魚のピリ辛揚げ ポイルキャベツ ブロッコリー 春雨サラダ ほうれん草しゅうまい 中華スープ 牛乳</p>	 <p>米飯 豚の生姜炒め きゅうりのごま酢和え さつま芋のレモン煮 味噌汁 牛乳</p> <p>飯の峯中学校の3年生の献立を参考にしました。</p>	<p>勤労感謝の日</p>	 <p>米飯 鰯の照り焼き 白和え 野菜のそぼろ炒め わらび餅(黒糖) 味噌汁 牛乳</p> <p>和食献立</p>	 <p>米飯 イカリングフライ もやしソテー コールスローサラダ りんご カレーライス 牛乳</p> 

28日(月)	29日(火)	30日(水)
 <p>米飯 鯖の塩焼き ジャーマンポテト ほうれん草のお浸し みかん 豚汁 牛乳</p> <p>鳥取中学校の1年生の献立を参考にしました。</p>	 <p>米飯 メンチカツ ソース(小袋) ポン酢和え 大和煮 じゃこ炒め 味噌汁 牛乳</p>	 <p>米飯 ハンバーグのデミグラスソースかけ バターコーン フライドポテト フルーツミックス コンソメスープ 牛乳</p> <p>貝掛中学校の3年生の献立を参考にしました。</p>

新型コロナウイルス感染症対応地方創生臨時交付金を活用した食材を使用しました。

9日(水) なにわ黒牛「牛丼」  
15日(火) 「里芋コロッケ」  
16日(水) 泉たこ「たこめし」

特別献立  
24日(木) 『和食の日』 和食献立