

【11月】成田高校附属小学校 献立表



★キャンセルなどの変更は **前日午後3時** までとなります。

★アレルギーをお持ちの方はお弁当のご持参をお勧めしております。

月	火	水	木	金
2日	3日	4日	5日	6日
プリの青じそ焼き さっぱりキャベツのレモン風味 ふきの含め煮 じゃがいもの青のりバター炒め 一夜漬 菜の花のなめこおろし		やわらかメンチカツ 切干大根とベーコンの煮物 大豆と野菜のカレー炒め チンゲン菜ともやしの和え物 じゃが芋とコーンのコンソメ味	豚肉と彩り野菜の中華炒め 人参とさつま揚げの金平マカロニのコンソーム煮 オクラのおひたし おから沢山煮	麻婆豆腐 根菜の酢漬け 鉄の野菜あんかけ 昆布の佃煮 春雨の中華和え
エネルギー510kcal 塩分1.9g		エネルギー599kcal 塩分2.5g	エネルギー493kcal 塩分2.2g	エネルギー486kcal 塩分2.2g
9日	10日	11日	12日	13日
ブレインオムレツ インゲンと人参のグラッセ 春雨とめかぶのチャブチェ 白菜と鶏肉のとりみ煮 ひじきとベーコンの煮物 青のりポテトサラダ	さわら味噌粕焼 玉ねぎ煮 人参のきな粉和え 油揚げの玉子とじ 切干大根としらすの煮物 コーンと挽肉の炒め物	ロールキャベツの和風煮 法蓮草 南瓜サラダ 鶏肉と蓮根の青のり炒め 人参とピーマンのツナ炒め なすのトロトロ生姜煮	白身フライ キャベツとザーサイのナムル マカロニのデミグラス煮 菜の花のごま味噌和え 油揚げと大根の炒め煮	高菜チャーハン 白菜とミンチの中華炒め 豆と海藻の青じそサラダ
エネルギー487kcal 塩分2.0g	エネルギー473kcal 塩分2.1g	エネルギー498kcal 塩分2.5g	エネルギー661kcal 塩分1.8g	エネルギー495kcal 塩分2.7g
月	火	水	木	金
16日	17日	18日	19日	20日
ポークジンジャー カリフラワーの甘酢漬け 牛蒡と竹輪の甘辛炒め ピーマンと鶏挽肉の炒め物 人参とぜんまいのナムル	白身魚の味噌煮 ピーマンの山椒炒め 中華うま煮 高野豆腐とふきの卵とじ 一夜漬 ポテトサラダ	海老カツ 玉ねぎ煮 大根とコーンの中華和え 鶏肉のエスニック炒め コロコロ野菜のピクルス ナスの油炒め	鶏の甘酢煮 人参煮 フレンチマカロニ キャベツの麻婆あんかけ 一夜漬 ひじきとさつま揚げの煮物	豚肉とキャベツのごま味噌炒め ブロッコリーの卵とじ ウィンナーポテト 塩麴のキャロットラペ 切干大根煮
エネルギー490kcal 塩分2.0g	エネルギー471kcal 塩分2.2g	エネルギー488kcal 塩分2.0g	エネルギー520kcal 塩分2.3g	エネルギー470kcal 塩分1.8g
23日	24日	25日	26日	27日
	和風おろしハンバーグ オクラのおひたし 和風コールスロー 豚肉と蓮根の炒め物 小松菜の辛子和え 一口ナスのオランダ煮	鶏肉と白菜の中華炒め じゃが芋とひじきの煮物 スパゲティイタリアン 人参のきな粉和え 枝豆とコーンのサラダ	ハムカツ ふきのきんぴら 菜の花のおひたし 豚肉と白菜のうま煮 ピーマンと鶏挽肉の炒め物 おから沢山煮	にしんの蒲焼 人参グラッセ キャベツと玉ねぎのコンソメ煮 大豆と大根の柚子風味煮 若芽ともやしの酢の物 細切ポテトの辛子マヨ
	エネルギー519kcal 塩分2.2g	エネルギー491kcal 塩分2.4g	エネルギー561kcal 塩分2.0g	エネルギー550kcal 塩分2.1g
30日	11月 > 食材の仕入れ等の影響で予告なくメニューを変更することがございます。			
スケソウダラの煮付け 玉ねぎ煮 キャロットラペ じゃがいもとコーンのバター醤油 菜の花と竹輪の辛子和え 金時豆煮				
エネルギー472kcal 塩分2.4g				

		○	○				
		○	○				
○	○	○					
○	○	○					
		○					
○		○		○			
○	○	○					
		○					
		○				○	
		○					
		○					
	○	○				○	
		○					
		○					
○	○	○					
		○					
		○					