
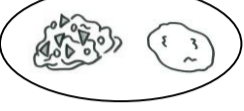

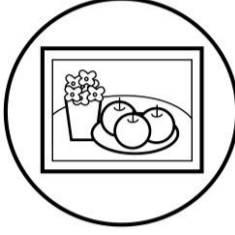
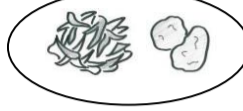

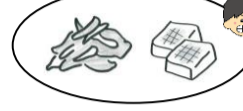
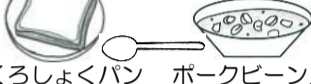




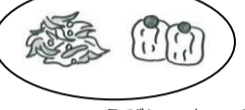





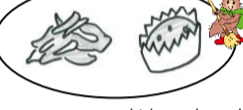
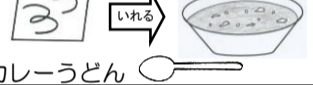
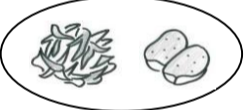








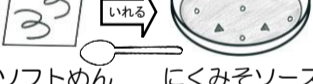














11月 よてい にんだて表

2年度

白川町学校給食センター TEL72-1240 FAX72-1465

月	火	水	木	金
2  オレンジ いりおから  キャベツメンチ  ごはん みそけんちん (小)716Kcal (中)824Kcal	3 ぶんかの日 	4 黒中リクエスト献立 ミルクプリン はるさめサラダ  とりにくのからあげ (2こ)  キムチチャーハン ワンタンスープ (小)775Kcal (中)906Kcal	5 ほうれんそうサラダ  いかのバーベキューソース (2こ)  くらしょくパン ポークビーンズ (小)707Kcal (中)878Kcal	6 調理発表会献立 ふじりんご こまつなのごまあえ  あゆのからあげ  だいずいりちやめし にくだんごじる (小)717Kcal (中)852Kcal
9 いい歯の日 オレンジ グリーンサラダ  さつまいものかりんとろ  ごはん 飛騨牛ビーフシチュー (小)790Kcal (中)947Kcal	10 なしゼリー ビビンパのぐ  えびシューマイ (保小2こ中3こ)  ごはん ちゅうかスープ (小)643Kcal (中)778Kcal	11 かき はくさいのおかかあえ  とりにくとれんこんのあげがらめ  ごはん とうがんのさっぱりじる (小)644Kcal (中)773Kcal	12 野菜の日 ふじりんご れんこんのきんぴら  さんまのしおやき  あきのみかくごはん ゆぼのすましじる (小)664Kcal (中)783Kcal	13 もやしのおかかあえ  おちゃさつまいもむしパン  カレーうどん (小)744Kcal (中)927Kcal
16日～20日はカルシウム強化週間です ～じょうぶな骨や歯を作りましょう～				
16 こざかな こまつなのごまあえ  とりにくのうめやき (2こ)  ごはん かみなりじる (小)641Kcal (中)756Kcal	17 シナノスイート きんぴらごぼう  ししゃものてんぷら (保1こ小中2こ)  さつまいもごはん もずくのかきたま汁 (小)670Kcal (中)801Kcal	18 白川米の日・歯の日 かき あきのふきよせに  ぶたにくのスタミナやき  ごはん (町内産) なめこのみそしる (小)718Kcal (中)854Kcal	19 ヨーグルト きりぼしだいこんのごまあえ  おちゃ ふうりかけ  ごはん さといもとうがんのみそしる (小)671Kcal (中)777Kcal	20 キウイフルーツ はくさいサラダ  だいずのごまがらめ  ソフトめん にくみそソース (小)737Kcal (中)937Kcal
23 きんろう かんしゃのひ 	24 白小リクエスト クレープ ごぼうサラダ  白川ウインナーと さといものグラタン  おちゃロールパン ミネストローネ (小)702Kcal (中)859Kcal	25 和食の日 みかん ひじきのいために  さけのしおやき  ごはん とんじる (小)677Kcal (中)793Kcal	26 せんぎりたくあんのかおりあえ  やさいチップス  きのごカレー (小)704Kcal (中)846Kcal	27 おすすめ朝ごはん献立 シナノスイート キャベツのいそかあえ  さばのおろしソース  ごはん さつまじる (小)692Kcal (中)819Kcal
30 パイン シャキシャキサラダ  ぶたにくとこうやどうふのコリアンあげ  わかめごはん かぶのすましじる (小)661Kcal (中)786Kcal	<div style="border: 2px solid orange; padding: 10px;"> <p>11月16日～20日はカルシウム強化 献立</p> <p>8がつく日を「歯の日」として、かみ応えのある献立やカルシウムが多い献立です。さらに、11月8日は「いい歯の日」です。それにちなんで次の日から一週間をカルシウム強化週間としました。</p> </div> <div style="border: 1px solid gray; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p>9日「いい歯の日」、18日「白川米の日」、25日「和食の日」、27日「おすすめ朝ごはん」</p> <p>今月も行事食が盛りだくさんです。旬の野菜もたくさん登場します。楽しみにしてくださいね。</p> </div> <div style="border: 1px solid gray; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p>12日「野菜の日」</p> <p>今月はれんこんが登場します。れんこんは、みかんの1.5倍のビタミンCを含んでいるので、風邪予防にぴったりの食材です。また、鉄分も含んでいるので、貧血予防にもなりますよ。</p> </div> <div style="border: 2px solid red; padding: 10px; margin-top: 10px; display: flex; align-items: center;"> <div style="flex: 1;"> <p>今月の地場産物</p> <ul style="list-style-type: none"> ・とうがん ・はくさい ・れんこん ・さといも ・さつまいも ・しいたけ ・みそ ・とうふ ・油あげ </div>  </div>			