

千鳥学校給食センター第三調理場

| 提供日 | 献 | 立 |
|----------|---|---|
| 11月1日(金) | 親子丼 八宝味噌汁 キャラメルポテト 牛乳 | |
| 11月5日(火) | ご飯 あじの南蛮漬け バンバンジーサラダ 家常豆腐 牛乳 | |
| 11月6日(水) | コッペパン りんごジャム 牛乳 ハンバーグトマトソースかけ さつまいものクリームシチュー じゃこ入りハーブドレッシング サラダ | |
| 11月7日(木) | ご飯 鯖のカレー焼 ごまにら豆乳豚汁 ひじきの炒り煮 牛乳 フルーツミックスゼリー | |
| 11月8日(金) | 麦ご飯 肉じゃが ししゃもの黒酢揚げ(2) キャベツと茎わかめのおかか和え 牛乳 小袋黒糖ビーンズ | |

| 提供日 | 献 | 立 |
|-----------|--|--|
| 11月11日(月) | 蒸しパン (カフェオレ) ごま辛味噌ラーメン 茎わかめのサラダ 牛乳 |  |
| 11月12日(火) | ご飯 わかめといかのサラダ 青のりポテト カレー麻婆豆腐 牛乳 |  |
| 11月13日(水) | ご飯 油淋鶏(ユリチー) 卵入りトックスープ ツナときゅうりのごま醤油ドレッシング和え 牛乳 小袋味付き小魚 |  |
| 11月14日(木) | カルシウムパン 鮭のマヨネーズパン粉焼き りんごドレッシングサラダ 大豆と豚肉のトマト煮 牛乳 ミルメークコーヒー |  |
| 11月15日(金) | れんこん入りハヤシライス (麦ご飯) グリーンサラダ 牛乳 みかん |  |

| 提供日 | 献 | 立 |
|-----------|--|--|
| 11月18日(月) | プルコギ丼 もずく入り卵スープ フルーツ白玉 牛乳 |  |
| 11月19日(火) | ご飯 揚げ鰯の生姜醤油がけ 磯辺和え 大根と里芋のそぼろ煮 牛乳 にんじんゼリー |  |
| 11月20日(水) | ココア揚げパン 牛乳 豆入りコーンクリームシチュー カレースパゲティサラダ |  |
| 11月21日(木) | ご飯 根菜の豆乳煮 レバーとポテトの粒マスタード和え ニラともやしのピリ辛和え 牛乳 |  |
| 11月22日(金) | ご飯 鯖のスタミナ焼き さつまいもの味噌汁 白菜と水菜の納豆和え 牛乳 ヨーグルト |  |

| 提供日 | 献 | 立 |
|-----------|--|--|
| 11月25日(月) | 鶏ひき肉のエスニック丼 フォー(ライスヌードルのスープ) さつまいものはちみつレモン和え 牛乳 |  |
| 11月26日(火) | ご飯 韓国風すき焼き 海鮮チヂミ わかめの和え物 牛乳 |  |
| 11月27日(水) | ご飯 たらのコチュジャン揚げ 春雨中華ごまサラダ 生揚げとうずら卵のオイスター煮 牛乳 |  |
| 11月28日(木) | チキンカレーライス ブロccoliとツナのサラダ はちみつレモンゼリー 牛乳 |  |
| 11月29日(金) | けんちんうどん いかのレモン揚げ 根菜のごまサラダ 蒸しパン(卵ミルク) 牛乳 |  |
| 提供日 | 献 | 立 |

