

11 月 献 立 一 覧 表

苗木中学校

日 曜	主 食	汁 物	おかず(主菜)	おかず(副菜)	デザート他
3 月	～ 文 化 の 日 ～				
4 火	うどん		鶏肉の天ぷら	煮浸し	
5 水	麦ごはん	みそけんちん汁	ししゃものもみじ揚げ	豚肉と大根の煮物	
6 木	黒コッペパン	ジュリアンスープ	秋の豆乳グラタン	カラフルサラダ	
7 金	麦ごはん	白みそ汁	鶏肉と秋野菜の黒酢がらめ	ひじきの炒め煮	
10 月	麦ごはん	沢煮椀	厚揚げのみそチーズ焼き	野菜のいそあえ	
11 火	ミートスパゲティ		チキンナゲット	グリーンサラダ	
12 水	五目ごはん	かきたま汁	わかさぎの唐揚げ	たくあんのあえもの	
13 木	食パン	ミネストローネ	鶏肉のカレー焼き	野菜のペペロンチーノ	りんごジャム
14 金	麦ごはん	豚汁	さんまの塩焼きおろしダレ	れんこんきんぴら	
17 月	麦ごはん	関東煮	厚揚げの肉そぼろ	キャベツのゆかりあえ	
18 火	うどん		かきあげ	煮浸し	
19 水	麦ごはん	五目臭汁	チキンチキンごぼう	糸寒天のあえもの	
20 木	米粉食パン	秋の香りシチュー	チキンの香草パン粉焼き	れんこんサラダ	
21 金	麦ごはん	だいこんのみそ汁	さばの香味焼き	肉じゃが	納豆
24 月	～ 振 替 休 日 ～				
25 火	しょうゆラーメン		大学芋	青菜のナムル	
26 水	カレーライス		フライビーンズ	わかめサラダ	
27 木	食パン	ポトフ	チリコンカン	キャベツのサラダ	
28 金	～ 苗 木 中 学 校 「 合 唱 祭 」 ～ おにぎり弁当の日				