



# 11月こんだてひょう

令和元年（2019）11月発行  
出雲市立湖陵学校給食センター

月	火	水	木	金
<p>こんげつ きゅうしよくひょう <b>今月の給食 目標</b></p> <p>まいにち しよくじ 毎日の食事には、生き物の命や自然の恵み、そして、 のうか ひと りょうり つく ひと ひと かか 農家の人や料理を作る人などたくさんの方が関わって います。 かんしゃ きも 感謝の気持ちをこめて、「いただきます」と 「ごちそうさまでした」のあいさつをし、 のこ た 残さず食べましょう。</p>	<p>かんしゃ しよくじ <b>感謝して食事をしよう</b></p> <p>かんしゃ こころ たいせつ <b>感謝の心を大切に</b></p>		<p>1</p> <p>ごはん ぎゅう にゅう 牛 乳 さかな て や 魚の照り焼き くま かわめ の いろ に きり 煮 じゃがいものみそ汁</p>	

<p><b>しまね・ふるさと 給食月間</b></p>	<p>5 こくとう 黒糖パン 牛 乳 とりにく 鶏肉のマーマレード焼き みずな 水菜のサラダ キャロットポタージュ</p>	<p>6 ごはん 牛 乳 さばの塩こうじ焼き はくさい 白菜のおひたし さといも しる 里芋のみそ汁</p>	<p>7 かいせん 海鮮ラーメン ちよんぼしごはん(中) ぎゅう にゅう 牛 乳 あ 揚げぎょうざ はるさめ 春雨サラダ バナナ</p> <p>幼2 小中3</p>	<p>8 ごはん ぎゅう にゅう 牛 乳 あじ あます 鱈の甘酢かけ さんしよく 三色あえ かぶのみそ汁</p>

<p>11 カリカリ うめ 梅ごはん ぎゅう にゅう 牛 乳 サイコロステーキ げんき りっちゃん元気サラダ かき玉汁</p>	<p>12 パン チョコクリーム ぎゅう にゅう 牛 乳 ぶたにく 豚肉の バーベキューソースかけ ブロッコリーのサラダ 大きなかぶのスープ</p>	<p>13 おいしい出雲の一日 ごはん ぎゅう にゅう 牛 乳 さごしの照り焼き ごまあえ いずも 出雲しいたけのみそ汁 ふゆがき 富有柿</p>	<p>14 いななこめこ 田舎米粉うどん ちよんぼしごはん(中) ぎゅう にゅう 牛 乳 かれい 鰯のから揚げ こんぶあえ</p>	<p>15 あき みかく 秋の味覚いっぱいカレー ぎゅう にゅう 牛 乳 ゆでたまご サラノバレタスのサラダ</p>

<p>18 ごはん ぎゅう にゅう 牛 乳 イカのコロコロ揚げ こんさい 根菜サラダ なめこ汁</p>	<p>19 パン イチゴジャム ぎゅう にゅう 牛 乳 とりにく や 鶏肉のハーブ焼き パプリカのサラダ にくだんこ 肉団子のカレースープ</p>	<p>20 ごはん ぎゅう にゅう 牛 乳 きびなごのから揚げ かわりあえ にく 肉じゃが</p>	<p>21 クリームスパゲッティ ミニパンりんごパン(小中) ぎゅう にゅう 牛 乳 ほうれん草オムレツ ツナサラダ</p>	<p>22 和食献立の日 ごはん ぎゅう にゅう 牛 乳 ぶたにく たつたあ 豚肉の竜田揚げ おろしあえ ゆばのおすいもの</p>

<p>25 ごはん ぎゅう にゅう 牛 乳 しゅうまい (幼2小中3) かいそう 海藻サラダ まいぼーどうふ 麻婆豆腐</p> <p>大好き☆出雲!</p>	<p>26 セルフバーガー 丸パン ハンバーグの デミグラスソースかけ コールスローサラダ 牛 乳 こめこ 米粉のチャウダー</p>	<p>27 ごはん ぎゅう にゅう 牛 乳 さけ ゆこうや 鮮の柚香焼き なっとう 納豆サラダ はんぺんのすまし汁 みかんタルト</p>	<p>28 きつねうどん ちよんぼしごはん(中) ぎゅう にゅう 牛 乳 わかどり 若鶏のから揚げ だいこん 大根のすのこの</p>	<p>29 ごはん ぎゅう にゅう 牛 乳 さほ 鯖のおかか煮 いそか 磯香あえ みそけんちん汁</p>

※都合により献立を変更することがあります。