

令和4年

11月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。

食品群	体内でのほたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をとのえる

学校給食の栄養基準量	E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校	650	26.8

こ ん だ て		1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	
		509 P 22.6 F 11.7	582 P 17.5 F 19.0	ふんか 文化の日	623 P 23.1 F 15.1	
こ ん だ て		7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)
		544 P 24.7 F 13.6	582 P 22.5 F 19.0	5の2☆みそしる	501 P 20.5 F 23.7	734 P 25.8 F 25.1
こ ん だ て		14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)
		682 P 27.7 F 22.7	682 P 27.8 F 23.0	いいもの日	586 P 26.3 F 14.8	545 P 20.2 F 12.6
こ ん だ て		21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)
		536 P 22.0 F 21.1	611 P 27.1 F 15.7	5の1☆みそしる	556 P 27.1 F 14.8	651 P 29.5 F 25.5
こ ん だ て		28(月)	29(火)	30(水)	《 今月のきゅうしょくもくひょう 》 かんしゃして たべよう!	
		656 P 22.6 F 23.8	565 P 24.7 F 14.1	626 P 19.9 F 20.7	 自然のめぐみや、作ってくれた人への感謝の心をもって、 おいしいいただきます。	

5年生が考えた、『金城小のみんなを元気にするスペシャルみそ汁』が出ます!!



9月に家庭科の授業でみそ汁について学んだ5年生。みそ汁の「だし」、「みそ」、「実」の種類をえらび、スペシャルみそ汁を完成させました。今月の給食に登場しますよ。それぞれの学級のみそ汁をお楽しみに♪

5年2組さんの「元気もりもりスーパーみそしる」

11/9(水)

だし：かつお
みそ：米みそ
実：たまねぎ、にんじん、たまご、しいたけ、ぶたにく

5年4組さんの「秋のぼかぼかみそしる」

11/8(金)

だし：かつお・こんぶ
みそ：白みそ
実：大根、島にんじん、じゃが芋、わかめ、油あげ

5年1組さんの「県産豚肉みそしる」

11/22(火)

だし：かつお・こんぶ
みそ：あわせみそ
実：大根、島にんじん、ぶたにく、さつまいも、とうふ、ねぎ

5年3組さんの「ビタミンほうふなみそしる」

11/29(火)

だし：にぼし
みそ：白みそ
実：ほうれん草、はくさい、わかめ、とうふ