



令和5(2023)年度

11月 予定給食献立表

志木市立志木中学校

箸・スプーンは給食室で準備したものを全校で使っています。



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日																				
<p>11月「彩の国ふるさと学校給食月間」です</p> <p>埼玉県では収穫の秋の11月を「彩の国ふるさと学校給食月間」としています。給食では地元の食材や郷土食等への理解を通して、郷土への関心を深め、伝承する気持ちを育てることに努めています。</p> <p>20日には、「骨付きのさんまの塩焼き」を美味しく食べます。志木市内の小学校では取り組んでいるのできっとみんなばっちりですね。</p>	<p>10月31日</p> <p>20日には、「骨付きのさんまの塩焼き」を美味しく食べます。志木市内の小学校では取り組んでいるのできっとみんなばっちりですね。</p>	<p>1日</p> <p>あつこの間に 大学芋 鶏天風 具だくさん中華スープ</p> <p>712kcal 30.7g</p>	<p>2日</p> <p>リース屋さんの ミートライス 天ぷら(みかん) 3群4群 スープ</p> <p>816kcal 28.7g</p> <p>志木市ご当地グルメ王献立</p>	<p>3日</p> <p>文化の日</p> <p>11月はおおいしく減塩! 「減らソルト」強化月間です。</p>																				
<p>6日</p> <p>七かりした根のしりしり漬け 麦ご飯 和風麻婆豆腐</p> <p>770kcal 32.5g</p>	<p>7日</p> <p>森のきのこの ヘルシースパゲッティ 白花豆の ケーキ シーザーサラダ</p> <p>832kcal 27.7g</p>	<p>8日</p> <p>竹輪とごぼうの 揚げ汁 水菜の 茶碗蒸し 秋の みそ汁</p> <p>810kcal 26.8g</p> <p>狭山市のお茶使用</p>	<p>9日</p> <p>手作り芋ようかん きのご飯 豚汁</p> <p>700kcal 24.2g</p> <p>市内音楽会</p>	<p>10日</p> <p>もやしちりめん 麦ご飯 揚げ汁 ハルシーン豆用紙</p> <p>884kcal 24.4g</p>																				
<p>13日</p> <p>新米の白ご飯 彩の国産 卵とろろ 高麗菜のスープ</p> <p>872kcal 29.8g</p> <p>県民の日お祝い献立・埼玉県郷土料理</p>	<p>14日</p> <p>県民の日</p> <p>明治4年11月14日(旧暦)に埼玉県が誕生しました。そして、明治9年に、今の埼玉県とほぼ同じ形になりました。</p>	<p>15日</p> <p>とろろ昆布 うどん 菊花みかん 秘密揚げ</p> <p>668kcal 29.2g</p> <p>いろは舟運うどんの献立</p>	<p>16日</p> <p>小エビカレー 豚汁</p> <p>820kcal 23.8g</p> <p>川越市のカレー</p>	<p>17日</p> <p>胚芽米 豚汁 地球に優しい ボール</p> <p>754kcal 26.2g</p> <p>SDGsデー献立</p>																				
<p>20日</p> <p>新米の白ご飯 磯の香りとさんまの塩焼き じゃがもちおろし汁</p> <p>763kcal 32.8g</p> <p>さんまを美味しく食べよう「食育の日」</p>	<p>21日</p> <p>フレッシュアップルケーキ スコッチフロス</p> <p>776kcal 34.6g</p> <p>イギリス料理</p>	<p>22日</p> <p>きょうご村 ぎまだんご2つ 菊花みかん 卵のスープ</p> <p>832kcal 31.8g</p> <p>期末テスト</p>	<p>23日</p> <p>勤労感謝の日</p>	<p>24日</p> <p>緑米入りご飯 秋の 魚の 味噌汁</p> <p>751kcal 32.1g</p> <p>期末テスト・いい和食の日献立</p>																				
<p>27日</p> <p>もやしの中華丼 柿 菊花湯</p> <p>710kcal 27.6g</p> <p>石川県郷土料理</p>	<p>28日</p> <p>茶飯 くるみ和紙 金沢おでん</p> <p>674kcal 27.6g</p>	<p>29日</p> <p>きんぎょうどん 菊花みかん セロリンぎょう</p> <p>883kcal 34.8g</p>	<p>30日</p> <p>戻りがおと 新生菜のご飯 飯綱町のりんご 秋野菜のみそ汁</p> <p>678kcal 26.9g</p>	<p>お知らせ</p> <p>※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。</p> <p>※家庭科の学習する仲間分けに合わせた6群の記載になっています。</p> <p>※志木の新名物「ミートライス」「舟運いろはうどん」を全市立小・中学校、公立保育園の給食に提供します。</p> <p>※地元の三枝農園から野菜を納入していただきます。</p>																				
<p>表示の説明</p> <p>上の段の数字 エネルギーkcal ↓ 下の段の数字 たんぱく質 g →</p> <table border="1"> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>無機質</td> <td>ビタミン</td> <td>炭水化物</td> <td>脂質</td> </tr> <tr> <td>1群</td> <td>2群</td> <td>3群</td> <td>4群</td> <td>5群</td> </tr> <tr> <td>肉魚卵豆</td> <td>牛乳小魚海藻</td> <td>緑黄色野菜</td> <td>その他の野菜・果物</td> <td>米麦芋砂糖</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>油脂</td> </tr> </table>					たんぱく質	無機質	ビタミン	炭水化物	脂質	1群	2群	3群	4群	5群	肉魚卵豆	牛乳小魚海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	米麦芋砂糖					油脂
たんぱく質	無機質	ビタミン	炭水化物	脂質																				
1群	2群	3群	4群	5群																				
肉魚卵豆	牛乳小魚海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	米麦芋砂糖																				
				油脂																				