



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日																				
11月は「彩の国ふるさと学校給食月間」です 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。 志木市制50周年の節目に考えられた「舟運いろはうどん」や市内のトキハソースさんのソースを無償提供していただいて「ソース肉じゃが」も作ります。志木市産の宗岡コンヒカリをはじめ、秋ヶ瀬農園さんの黒米、三枝農園の小松菜・大根・白菜なども使って作る予定です。草加せんべいの生地を揚げて「甘辛せんべい」にも初めて挑戦します。お楽しみに！																								
19日は、志木市内の小中学校全校で取り組んでいる「『骨付きのさんまの塩焼き』をきれいにかつこく食べよう」の日です。																								
【お知らせ】※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。※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。※11月は志木市の「おいしく減塩！減らソルト」の強化月間です。減塩レシピの日にはロゴマークがついています。																								
表示の説明 上の段の数字 エネルギーkcal ↓ 下の段の数字 たんぱく質 g → <table><tr><td>体をつくる</td><td>体の調子を整える</td><td>熱や力になる</td><td></td><td></td></tr><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>牛乳小魚海産</td><td>緑黄色野菜</td><td>その他の野菜・果物</td><td>米麦芋砂糖油脂</td></tr></table>					体をつくる	体の調子を整える	熱や力になる			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	牛乳小魚海産	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	米麦芋砂糖油脂
体をつくる	体の調子を整える	熱や力になる																						
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	牛乳小魚海産	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	米麦芋砂糖油脂																				
4日	5日	6日	7日	8日																				
振替休日	森のきのこ ハルシニアカレー	あつというに 大学芋	飯綱町の いんげん	ライスモルト サラダ																				
732kcal 25.2g	713kcal 31.2g	724kcal 30.1g	702kcal 25.5g																					
ウィンナー 白大豆 豆乳	牛乳 パルメザン チーズ 生クリーム スムミル	ほうれん草 にんじん ぶなしめじ 舞茸 キャベツ きゅうり	スナゴボ ほうちみつ 三温糖 小麦粉	オリーブオイル ノンエッグマヨネーズ																				
豚ひき肉 鶏ひき肉 たまご	牛乳 青のり	にんじん 生薑 ねぎ もやし だいこん	米 もち麦 でんぶん 小麦粉 さつまいも 上白糖	菜油 ごま油 白ごま																				
11日	12日	13日	14日	15日																				
とろろ昆布 うどん	草加揚げせんべいの 甘辛醤油	ちくわと 水菜の茶ダ	県民の日	彩玉 里芋																				
669kcal 28.4g	646kcal 22.9g	774kcal 26.0g	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。	829kcal 27.8g 2.5g																				
油揚げ かまぼこ さつまいも 青のり	牛乳 わかめ とうろろ昆布 桜えび 青のり	にんじん ねぎ れんこん	うどん 薄力粉 上白糖	菜油 ごま																				
舟運いろはうどん献立	草加せんべいを味わおう	志木市の黒米・狭山茶で作るサラダ献立																						
18日	19日	20日	21日	22日																				
ぎょうざ丼	ご飯	ハニエカレー	白菜ちりめん トキハソースの 2群たまり	和の かき揚げ																				
836kcal 30.9g	730kcal 31.7g 2.3g	798kcal 23.1g	768kcal 30.2g 2.4g	726kcal 32.7g 2.3g																				
豚ひき肉 鶏ひき肉 たまご	牛乳 わかめ	にんじん ぶなしめじ 舞茸 大根 ねぎ	米 麦 でんぶん 小麦粉 さつまいも 上白糖	菜油 ごま油 白ごま																				
さんまをかつこく食べよう	川越の小江戸カレー	トキハソースの肉じゃが・3年生期末テスト	いい和食の日献立・3年生期末テスト																					
711kcal 22.4g	806kcal 30.0g	667kcal 26.9g	732kcal 28.2g 2.5g	839kcal 33.6g																				
油揚げ 高野豆腐 生揚げ みそ	牛乳	にんじん ほうれん草	しょうが にんにく 玉ねぎ れんこん きゅうり	米 麦 でんぶん 小麦粉 さつまいも 上白糖																				
SDGs献立	石川県応援献立	1・2年生期末テスト	1・2年生期末テスト																					
25日	26日	27日	28日	29日																				
きのこご飯	月見芋米	茶飯	秋の里芋の 早香	相模芋																				
711kcal 22.4g	806kcal 30.0g	667kcal 26.9g	732kcal 28.2g 2.5g	839kcal 33.6g																				
油揚げ 高野豆腐 生揚げ みそ	牛乳	にんじん ほうれん草	しょうが にんにく 玉ねぎ れんこん きゅうり	米 麦 でんぶん 小麦粉 さつまいも 上白糖																				
SDGs献立	石川県応援献立	1・2年生期末テスト	1・2年生期末テスト																					