

# 給食メニュー表



| 曜日  | 月  | 火  | 水   | 木  | 金  |
|-----|--|--|---|--|--|
| 日付  | <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 10px; margin-right: 20px;">                     おいしい！<br/>栄養満点！                 </div> </div> |  |   |  |  |
| 第1週 |  |  |   |  |  |
| 日付  | 3  | 4  | 5   | 6  | 7  |
| 第2週 | <br><b>文化の日</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>青椒肉絲飯</li> <li>中華春雨スープ</li> </ul> <small>見学旅行(2・3年)</small>                     | <small>ごまの日</small> <ul style="list-style-type: none"> <li>つくね丼</li> <li>ごま和え</li> <li>みそ汁</li> </ul> <small>見学旅行(2・3年)</small>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>チャーハン</li> <li>焼売</li> <li>スープ</li> </ul> <small>見学旅行(2・3年)</small>                       | <small>ココアの日</small> <ul style="list-style-type: none"> <li>ナポリタン</li> <li>サラダ</li> <li>きな粉ココアプリン</li> </ul> <small>見学旅行(2・3年)</small> |
| 日付  | 10   | 11   | 12  | 13   | 14   |
| 第3週 | <ul style="list-style-type: none"> <li>豚丼</li> <li>塩昆布和え</li> <li>みそ汁</li> </ul> <small>こころの健康教室2</small>  | <small>チーズの日</small> <ul style="list-style-type: none"> <li>シーフードグラタン</li> <li>サラダ</li> </ul> <small>リクエストメニュー</small> | <ul style="list-style-type: none"> <li>三色丼</li> <li>揚げ出し豆腐</li> <li>みそ汁</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>塩あんかけ焼きそば</li> <li>スープ</li> <li>みかん入りミルクプリン</li> </ul> <small>リクエストメニュー</small>           | <ul style="list-style-type: none"> <li>ハニーマスタードチキン</li> <li>オニオングラタンスープ</li> </ul> <small>リクエストメニュー</small>                            |
| 日付  | 17   | 18   | 19  | 20   | 21   |
| 第4週 | <ul style="list-style-type: none"> <li>オムライス</li> <li>野菜スープ</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>きつねうどん</li> <li>焼肉手巻き</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>豚汁</li> <li>玉子焼き</li> <li>わかめご飯</li> </ul>   | <small>ピザの日</small> <ul style="list-style-type: none"> <li>ピザチキン</li> <li>ガーリックピラフ</li> <li>スープ</li> </ul> <small>1日防災教室</small> | <ul style="list-style-type: none"> <li>キンパ釜飯</li> <li>キムチスープ</li> </ul>  |
| 日付  | 24   | 25   | 26  | 27   | 28   |
| 第5週 | <br><b>24</b><br>振替休日  | <ul style="list-style-type: none"> <li>辛味噌ラーメン</li> <li>ニラチヂミ</li> </ul>   | <small>いいブロッコリーの日</small> <ul style="list-style-type: none"> <li>ブロッコリーとさつまいものシチュー</li> <li>玉子サンド</li> </ul> <small>リクエストメニュー</small> | <ul style="list-style-type: none"> <li>塩ザンギ</li> <li>大根サラダ</li> <li>みそ汁</li> </ul> <small>リクエストメニュー</small>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>ラムカレー</li> <li>コールスロー</li> </ul>  |



## 調理員さんからのメッセージ

- 11/ 7 (金) ココアときな粉を組み合わせると、美肌効果、貧血予防、腸内環境の改善などが期待できます。プラス美味しいなら、もう食べるしかないでしょう!!
- 11/28 (金) 道民にとってラム肉はとても身近な食材です。そして近年では、外国人観光客や日本で働く外国人のために（ハラール対応）、ラム肉が以前よりも消費されるようになりました。ジンギスカンブームも今がMAXです。



● 羊毛 ● おにく ● ミルク