



令和7年度 11月献立



月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
《文化の日》				《かみかみデー:白す干 いい歯の日》
	牛乳 キャロット食パン ブロッコリーと豆のサラダ ナポリタンスパゲティ ミルメーク	牛乳 ご飯 いわしカリカリフライ ごぼうの炒め煮 高野豆腐汁	牛乳 麦ご飯 野菜のナムル 厚揚げの中華煮	牛乳 ご飯 肉団子 白す干と大根葉のふりかけ 豚汁
10	11	12	13	14
	《世界の料理:フランス》 《中3リクエスト:クレープ》	《いづかの台所:ほうれん草》	《カルシウムデー:わかめ》	
牛乳 ご飯 野菜の卵焼き いんげんのおかかマヨ和え 豆腐のそぼろ煮	牛乳 県産麦コッペパン フレンチサラダ チキンフリカッセ クレープ	牛乳 麦ご飯 のり佃煮 もやしとほうれん草の炒め物 大豆とじゃが芋の煮物	牛乳 ご飯 おからコロッケ こんにゃくの炒め物 白菜とわかめのごまみそ汁	牛乳 カレーライス (麦ご飯 レンズ豆入りポークカレー) フルーツカクテル
17	18	19	20	21
《おいしい飯塚いただきます》		《食育めざしの日》	《中3リクエスト:キムチご飯》	《和食の日》
牛乳 ご飯 さんま甘露煮 小松菜と白菜の和え物 豚肉と大豆のみそ煮	牛乳 メンチカツサンド (胚芽丸パン メンチカツ ソース キャベツソテー) ポトフ	牛乳 麦ご飯 切干大根のじゃこ和え 豚肉のすき焼き煮	牛乳 キムチご飯 春雨の炒め物 うずら卵入り中華スープ アセロラゼリー(中学校のみ)	牛乳 ご飯 さば生姜煮 いんげんのごま炒め 具だくさんのみそ汁
24	25	26	27	28
《勤労感謝の日 振替休日》		《旬の食材:かぶ》		《郷土料理:宮崎県》
	牛乳 食パン 黒豆きなこクリーム ひじきと根菜のごまドレ和え 焼きうどん	牛乳 ご飯 ハンバーグ野菜あんかけ かぶのみそ汁 ヨーグルト	牛乳 ご飯 茎わかめのサラダ 豆腐のチリソース煮	牛乳 麦ご飯 チキン南蛮 (とり天 甘酢マヨソース) ざぶ汁