



11月

※ 11月13日は17時30分給食です。
 ※ 献立は材料・調理の都合で変更することがあります。

長浜北星高等学校(定時制) R6.11

月 曜 日	火 曜 日	水 曜 日	木 曜 日	金 曜 日
「いただきます」「ごちそうさま」に込める感謝の気持ち 日本では、食事の前に「いただきます」、食べ終わったら「ごちそうさま」のあいさつをする習慣があります。食べることは、生き物の命をいただき、命をつないでいくことです。また、食事が出来るまでに、料理を作る人をはじめ、農作物や家畜を育てる人、魚をとる人、食材を運ぶ人、販売する人など、たくさんの人が関わっています。 感謝の気持ちを忘れずに、心を込めてあいさつし、食事を大切にいただきましょう。				
				1 コッペパン ポタージュース ミートオムレツ キャベツのサラダ 牛乳 917 kcal
4 文化の日 振替休日	5 ご飯 キャベツのみそ汁 鶏肉の南部焼き 白菜のゆず和え 牛乳	6 ひじきご飯 かきたま汁 小鮎の天ぷら 野菜のごま和え 牛乳	7 ご飯 かす汁 根菜と豚肉の オイスター炒め ほうれん草の磯和え 牛乳	8 コッペパン ミネストローネ コロッケ キャベツのマヨネーズサラダ 牛乳
	736 kcal	705 kcal	683 kcal	836 kcal
11 ご飯 さつまいものみそ汁 鮭の幽庵焼き ほうれん草の彩り和え 牛乳	12 郊外学習	13 文化祭 食文化体験 餅料理 雑煮 ぜんざい 砂糖醤油 きな粉 おろし アシドミルク	14 ご飯 お講汁 豚肉の生姜焼き 白菜の煮浸し 牛乳	15 ハヤシライス ハムとピーマンの酢の物 ヨーグルト 牛乳
690 kcal			736 kcal	858 kcal
18 ご飯 麩のみそ汁 さばの生姜煮 キャベツと青菜のおかか和え 牛乳	19 ご飯 豆腐のみそ汁 近江牛のスタミナ炒め 春雨サラダ 牛乳	20 もち麦ご飯 野菜スープ ポークケチャップ ポテトサラダ 牛乳	21 ご飯 豆苗と椎茸の中華スープ マーボー豆腐 春巻 牛乳	22 ウィンナードック きのこのクリームスープ じゃがいものごまみそ和え 牛乳
784 kcal	829 kcal	864 kcal	782 kcal	896 kcal
25 赤飯 醤油ラーメン シューマイ 牛乳	26 ご飯 かぼちゃのみそ汁 白身魚のフライ キャベツとコーンのサラダ 牛乳	27 もち麦ご飯 豚汁 ハムとチーズの卵焼き 小松菜と舞茸炒め 牛乳	28 ご飯 たまねぎのみそ汁 ささみの衣あげ レモンあんかけ もやしのごま和え 牛乳	29 ホイップパン ポトフ エビグラタン 牛乳
857 kcal	760 kcal	737 kcal	856 kcal	868 kcal