令和8年 11 November

2日(月) 回鍋肉
・麦ごはん　・三色ナムル　・きなこわらび餅
・いなむるち(沖縄風豚汁)

4日(水) 魚のカレーあんかけ
・野菜炒め　・マカロニサラダ　・きんぴらごぼう
・えのきのすまし汁

5日(木) 豚肉のマリアナソース炒め
・もやしソテー　・キャベツとハムのサラダ
・揚げ焼売

6日(金) 焼肉風野菜炒め
・のり塩ポテト　・大根のツナ和え
・豆腐のスープ

9日(月) チキンカレー
・フィッシュフライ　・小松菜のソテー
・野菜サラダ　・ショコラブチケーキ

10日(火) ポークチャップ
・黒糖パン　・チンゲン菜のソテー　・バジルスパゲティ
・海藻サラダ　・コンソメスープ

11日(水) ヤンニョムチキン
・野菜とマカロニのソテー　・チャプチェ
・ひじきサラダ　・ジョア(ストロベリー)

12日(木) ハンバーグ
・WE米パン　・マッシュポテト　・野菜のペッパー炒め
・小松菜のごま和え　・ハンバーグソース

13日(金) きつねうどん
・ひじきごはん(小盛)　・いもとちくわの天ぷら
・豚肉と大根の炊いたん　・ジョア(プレーン)

16日(月) にら玉豆腐
・油揚げ入り野菜炒め　・こんにゃくのピり辛炒め
・玉ねぎのみそ汁　・お米でもものタルト

17日(火) 里芋コロッケ
・クロワッサン　・ひじき入り卵焼き
・キャベツのゆず胡椒炒め　・キャンディチーズ
・えのきのスープ

18日(水) 豚肉とさつま芋の甘辛ごま炒め
・玄米ごはん　・キャベツのおかか和え　・おでん
・かぼちゃのサラダ　・穀物ふりかけ
・ジョア(マスカット)

19日(木) すき焼き
食育の日 摂津市連携献立
・はんぺんフライ　・小松菜の煮びたし
・なめこのすまし汁

20日(金) いわしのかば焼き風
・ほうれん草と竹輪のおかか炒め　・がんもどき入り煮物
・うずら卵の醤油煮　・白菜のみそ汁　・アシドミルク

今月のデザートマークはこれ！！

24日(火) 鶏そぼろ丼
和食の日
・かぼちゃとさつま揚げの煮物
・大根とキャベツのごま酢　・豆腐のみそ汁

25日(水) ポークピカタ
・キャベツと豆苗のソテー　・生揚げの煮物
・さつまいもと大豆のかりんとう

26日(木) 鶏肉のオーロラソース炒め
・ツイストパン　・小松菜のバターソテー　・ツナビーフン
・じゃがいもと枝豆のサラダ　・ミネストローネ

27日(金) スタミナビビンバ
デザート
・春雨サラダ　・茎わかめのゆず風味和え
・かきたま汁　・とろけるプリン(豆乳)

30日(月) 牛肉とトマトの炒め物
・ペペロンチーノ　・根菜のレモンバジルサラダ
・卵とえのきのスープ　・お魚ふりかけ

お申込みについて
予約システムのご利用をお願いいたします。
申し込み及びキャンセルの期限は給食提供日の7日前までです。
予約システムQRコード（スマートフォン用）

毎日、ご飯と牛乳(200ml)が付きます。
主食が炊き込みご飯やパンなどの場合は献立名を表示します。

デザート
給食のときはおはしを忘れずに！スプーンがあると食べやすい日はスプーンマークを表示します。

11月のイベント献立

☆9日～13日　人気献立 WEEK
注文数の多かった人気献立をぎゅっと１週間に詰め込みました！ぜひ予約して昼食時間を楽しんでくださいね♪

☆19日　認定こども園・小学校・中学校連携献立
今回の連携献立のテーマは「減塩」です。こどもの頃から塩分を摂り過ぎると将来の健康に影響することがあります。成長期の今から、減塩を意識した食生活を心掛けることがとても大切です。

摂津市教育委員会