

# 11月 伊勢原市中学校給食 献立表

月

火

水

木

金

## 11月分の注文について

【マークシート】  
10月7日(金)までに、学校へ提出してください。

【予約サイト】  
予約サイトでは、食べる日の7日前(土・日・祝日を除く)の14:00まで注文・変更ができます。

注文忘れのないようご注意ください。



**あじのパン粉焼き**  
●大豆の磯煮  
●揚げぎょうざ  
●青菜の炒め物  
●果物(りんご)  
さつま手ごはん



**鶏のカレー揚げ**  
●キャベツとコーンのソテー  
●ジャーマンポテト  
●ブロッコリーの中華和え  
●白菜のスープ  
ごはん

## 3 文化の日

給食予約サイトのID・パスワードを紛失した場合は、  
教育委員会学校教育課 学校給食係  
(74-5224) までお問い合わせください。



**豚キムチ**  
●春巻き  
●春雨ソテー  
●中華風コーンスープ  
麦ごはん



**鮭フライ**  
●ポイルキャベツ(タルタルソース)  
●豆のトマト煮  
●きのこのガーリック炒め  
●コンソメスープ  
ごはん



**おろしハンバーグ**  
●粉ふき芋  
●人参しりしり  
●おかか和え  
●味噌けんちん汁  
ごはん



**すき焼き風煮**  
●小松菜のじゃこ炒め  
●コーンと枝豆入りさつま揚げ  
●納豆  
ごはん



**めかじきのバター焼き**  
●いんげんのごま和え  
●こぶぴら  
●かぼちゃコロック  
●根菜汁  
ごはん



**肉団子のクリームソースがけ**  
●ほうれん草とベーコンのソテー  
●いかフリッター  
●野菜スープ  
ごはん



**揚げさばの豆板醤ソース**  
●ポイルもやし  
●きんぴらごぼう  
●生揚げの生姜煮  
●大根の味噌汁  
ごはん



**肉じゃが**  
●白菜の炒めもの  
●揚げウインナー  
●豆腐のスープ  
●のりの佃煮  
ごはん



**ドライカレー**  
●温野菜サラダ(和風ドレッシング)  
●チキンナゲット  
●果物(みかん)  
麦ごはん



**ぶりの麴焼き**  
●ポイル野菜  
●しゃきしゃきそぼろ  
●里芋の煮ころがし  
●なめこ汁  
ごはん



**チキンアングレス**  
●ブロッコリーの塩ゆで  
●三色野菜ソテー  
●スイートポテト  
●かぶとベーコンのスープ  
ごはん



**八宝菜**  
●えび蒸ししゅうまい  
●高野豆腐の揚げ煮  
●春雨スープ  
麦ごはん



**鮭のちゃんちゃん焼き風**  
●千草焼き  
●もやしのお浸し  
●すまし汁  
ごはん

## 23 勤労感謝の日

口座振替をご利用の方へ

**12月分口座振替日  
11月20日(木)**

残高不足にならないようご確認ください。  
引き落としができなかった方には、払込用紙を配布しますので、コンビニでお支払いください。



**豚肉の生姜焼き**  
●ポイルキャベツ  
●きびなご揚げ  
●ひじきのふくめ煮  
●ごま汁  
ごはん



**チーズタッカルビ**  
●ブロッコリーの塩ゆで  
●ナムル  
●いももち  
●デザート(ヨーグルト)  
ごはん



**天ぷら**  
●小松菜の煮びたし  
●こんにやくの味噌がらめ  
●かきたま汁  
ごはん



**豚肉と生揚げのしょうゆ煮**  
●揚げかぼちゃ  
●もやしソテー  
●小魚  
ごはん



**さばの味噌煮**  
●ポイル白菜  
●じゃがいものそぼろ煮  
●中華風野菜炒め  
●沢煮椀  
ごはん

## 給食の予約について

■学校行事等により給食がない日は予約ができません。

■給食の実施日は学校・学年によって異なることがありますので、学校からの予定等をご確認ください。

■一括予約(申し込み)をされている方も月に一度は、中学校給食システムまたは予約通知書で申込状況をご確認ください。

## まごわやさしい

「まごわやさしい」とは、健康的な食生活に役立つ、和の食材の頭文字を覚えやすく語呂合わせにしたもので、「ま」は豆類、「ご」はごま、「わ」はわかめなどの海藻、「や」は野菜、「さ」は魚、「し」は椎茸などのきのこ、「い」はいも類のものをいいます。  
11月24日の「和食の日」にちなんで、この日は「まごわやさしい」食材を使った献立にしました。