平成２３年度　　　　　　　　　　　１１ 月 献 立 表 　　　　目黒区立第十一中学校

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日 | 曜 | 献立名 | 牛乳 | 熱量  kcal | 蛋白質  g | 一口メモ |
| １ | 火 | ★秋の吹き寄せご飯　　鮭のﾁｬﾝﾁｬﾝ焼き  キャベツとコーンのソテー　　果物 | ○ | 772 | 33.9 | ★秋の吹き寄せご飯  D:\data\chap00\large\E011_B.jpg風に吹き寄せられた落ち葉を思わせるように、秋の味覚がたくさん入ったご飯です。  ★地産地消新メニュー  ☺印のついた料理は新メニュー。東京近郊でとれた食材を使う予定です。  ★わかさぎのフリッター  11月8日は「いい歯の日」。この日は区連音もあり慌ただしいため、十日後の18日にカミカミ献立を入れました。よく噛んで食べ、給食後には歯みがきをしましょう！  D:\data\chap01\large\E022_207.jpgD:\data\chap01\large\E022_206.jpg  D:\data\chap03\large\E050_102.jpg  ☀25日  持久走大会  (28日は大会予備日)  25日持久走大会が雨天で延期の場合、28日の給食はなくなります。28日も雨天の場合は、自宅からお弁当持参になります。(この件については18日頃にお知らせが配布されます。) |
| ２ | 水 | 長崎ちゃんぽん　　中華風蒸しカステラ | ○ | 820 | 31.9 |
| ３ | 木 | 文化の日 | | | |
| ４ | 金 | 学習発表会の振替休日のため、給食はありません。 | | | |
| ７ | 月 | ゆかりご飯　　西湖豆腐(しーほーどうふ)  　五目ナムル | ○ | 752 | 28.0 |
| ８ | 火 | カレーライス　　水菜サラダ　　果物 | ○ | 948 | 30.1 |
| ９ | 水 | スパゲティミートソース　　三色サラダ  果物 | ○ | 836 | 34.0 |
| 10 | 木 | ミルクパン　　鯖のトマトソースがけ  キャロットスープ　　虎豆と野菜のサラダ | ♪ | 805 | 30.7 |
| 11 | 金 | ビビンバ　　麩のおすまし  大根の田舎漬け | ○ | 822 | 32.9 |
| 14 | 月 | 福袋うどん　　味噌ドレッシングサラダ  果物 | ○ | 712 | 29.6 |
| 15 | 火 | あけぼのご飯　　わかめスープ  　☺トビウオのさんが焼き  ☺大根のおかかにんにく炒め | ○ | 733 | 34.9 |
| 16 | 水 | 中間テスト1日目のため、給食はありません。 | | | |
| 17 | 木 | コロッケパン　　ジュリエンヌスープ  果物 | ○ | 814 | 28.3 |
| 18 | 金 | 昆布入り菜飯　　鶏ごぼう汁  ★わかさぎのﾌﾘｯﾀｰ　　じゃが芋のきんぴら | ○ | 900 | 33.8 |
| 21 | 月 | 梅若ご飯　　みそ汁　　ほっけの塩焼き  二色びたし　　卯の花 | ○ | 741 | 31.5 |
| 22 | 火 | 酸辣湯麺(ｻﾝﾗｰﾀﾝﾒﾝ)　☺里いもの磯辺揚げ  果物 | ○ | 709 | 26.9 |
| 23 | 水 | 勤労感謝の日 | | | |
| 24 | 木 | 手作りピザまん・あんまん  野菜のクリームシチュー　　果物 | ○ | 938 | 30.3 |
| 25 | 金 | 持久走大会のため、給食はありません。 | | | |
| 28 | 月 | 《持久走大会予備日》  トマトスープスパゲティ　　彩りサラダ  スイートポテト | ○ | 943 | 32.5 |
| 29 | 火 | 焼き鳥丼　　みそ汁　　ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのお浸し | ○ | 809 | 31.8 |
| 30 | 水 | ご飯　　☺ムロ団子の酢豚風  もやしのナムル　　果物 | ○ | 790 | 28.9 |

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　○：牛乳　　　♪：コーヒー牛乳

※材料の都合により、献立を変更することがありますのでご承知ください。

✍給食費の引き落としについて✍

今月分の引き落としは１１月２１日(月)です。口座残高をご確認の上、入金をお願いします。

**給食費**　1年生…6080円　　２年生…6080円　　３年生…6080円

（※**手数料**10円が別途かかりますのでご注意ください。）