



11がつこんだてひょう



牛乳は毎日あります

令和6年10月31日 舞鶴市立倉梯第二小学校

11月8日は「いい歯の日」

よくかんで食べると唾液（ツバ）がたくさんでて、虫歯を予防したり、胃の中で食べ物の消化を助けたりします。また、脳のはたらきや身体の運動機能を高めたりもします。カミカミ献立の日には、このマーク  がついています。

【地場産物の日】

21日（木）サゴシ



舞鶴のさかな

金曜日

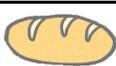
（パンの日）

1日



きなこあげパン

やさしいため
かきたまじる

げつようび 月曜日 (ごはんの日)	かようび 火曜日 (味付けごはんの日)	すいようび 水曜日 (加工パンの日)	もくようび 木曜日 (麦入りごはんの日)	きんようび 金曜日 (パンの日)
4日	5日 	6日 	7日 	8日 
3日(日) ぶんかひ 文化の日 ふりかえきゆうぎようび 振替休業日	さつまいも  ごはん こうやどうふの やさしいため だいこんのみそしる	あじつけパン しろみざかなの こうそうパンこやき ウインナーのスープ	むぎいりごはん  てづくり とうふハンバーグ そえキャベツ じゃがいものみそしる	 金曜日はカレーの日 パン カレービーンズ ブロッコリーサラダ
11日 	12日 	13日 	14日 	15日 
にくみそ  ひじきどん けんちんじる	ぎゅうにくと  ごぼうのまぜごはん まんがんじあま 万願寺甘とうの いために  たまねぎのみそしる	ぜんりゅうふん 全粒粉パン  ブラウنشチュー コロコロサラダ ぜんりゅうふん 全粒粉パンとは小麦をまるごと粉にしたもので、栄養価が高いです。	むぎいりごはん  マーボー豆腐 こまつなと じゃこのいために	 こがたパン あんかけうどん ごまあえ りんごジャム
18日 	19日 	20日 	21日 	22日 
スイート  カレーライス フレンチサラダ ふくじんづけ 	キムチチャーハン  あげぎょうぎ ちくわのスープ	ミルクパン クリームスパゲティ レモンサラダ	むぎいりごはん  サゴシの西京焼き  かんぴょうの きんぴら  すましじる	セルフドッグ  ポークウインナー キャベツのソテー トマトケチャップ コーンスープ  金曜日はカレーの日
25日 	26日 	27日 	28日 	29日 
ごはん  はくさいと にくだんごのスープ おから	だいこんごはん  ちくわのみみじあげ とうふのみそしる	こくとうパン ウインナーと じゃがいもの とうりゅう 豆乳グラタン やさいスープ	このはどん あまずあえ	ツナサンド はくさいのスープ スイートポテト 

< 11月24日は「だしで味わう和食の日」 >

無形文化遺産に登録された「和食」は「だし」が命です。いつものみそ汁は煮干のだしですが、21日（木）のすまし汁はかつお節と昆布でだしをとっています。それぞれのだしを味わいましょう。



pixta.jp - 2692812

