



ほん 本とのコラボメニューが登場します！



11月のスマイルブック月間に合わせ、11月の給食には本に出てくる料理や関係する食べ物を使ったメニューが登場します。（献立の中で太字にてあります。）紹介する本はすべて、吉谷小学校にある本です。図書室には他にも、食べ物が登場する本がたくさんあります。ぜひ、図書室に行って本を手に取ってみてください。給食を味わい、読書を楽しみましょう！

給食に登場する本を紹介します！

- 5日（水）「玉子の卵焼き」
- 7日（金）「りっちゃんの元気サラダ」「プリンちゃん」
- 10日（月）雪窓
- 11日（火）「おおきな おおきなおいも」
- 13日（木）「りんごがたべたい ねずみくん」「こまったくさんのカレーライス」
- 17日（月）「やきざかなののりい」
- 18日（火）「コロッケです」
- 21日（金）「ペペべんとう」
- 27日（木）「こまったくさんのハンバーグ」



3	4	5	6	7
	振替休業日			
文化の日		和風うまみサラダ ツナチーズの卵焼き ゆかりごはん どさんこスープ	カリフラワーのベベロンチーノ ごはん 小豆たっぷりみそ汁	さつまいもプリン りっちゃんの元気サラダ ABCスープ きなこあげパン
300 kcal 25.7g 30g		623 kcal 25.7g 30g	685 kcal 29.2g 2.2	777 kcal 25.8g 2.9g
10	11	12	13	14
さつまいも とりにく ごはん おでん	あさづけ 大學いち おむぎめん 和風汁	じゃがいものきんぴら あかうおのごまみそ焼き ごはん なめこのちゅうが中華スープ	りんご きりぼしサラダ ミカク秋の味覚カレーライス (むぎごはん)	ごまマヨ和え あいがぐり揚げ 中華丼 (むぎごはん)
645 kcal 24.8g 30g	685 kcal 22.2g 2.1g	575 kcal 24.5g 1.8g	693 kcal 20.5g 2.7g	636 kcal 22.0g 2.1g
17	18	19	20	21
おかか和え さばの塩焼き さつまいも はくさいなべ ごはん	ゆかり和え てづくりロカボ ごはん さつま汁	ナタデココゼリー ピーンズサラダ ハヤシライス (ごはん)	チーズ入りローストポテト 豚肉としめじのピリ辛炒め ごはん わかめスープ	きゅうしょくしつのてづくりべんとう
571 kcal 28.3g 2.6g	685 kcal 22.4g 1.6g	708 kcal 21.6g 3.0g	605 kcal 23.7g 2.1g	718 kcal 33.8g 2.4g
24	25	26	27	28
ひ動感謝の日 かぶしきいしゃみくにさま株式会社三国様から小豆谷 小豆谷産牛肉を使用 小豆谷のきゅうどん牛丼 わかめのみそ汁	ココア豆乳プリン 3年以上1ひ2ひ てまりのり ちゃ茶めし だいこんのそぼろ煮	セルフおにぎり しょうゆフレンチ ししゃものごま焼き ごはん ちゅう茶めし だいこんのそぼろ煮	ごもくまめ五豆 とうふハンバーグ ごはん じゃがいものみそ汁	てづくりスイートポテト カントリーサラダ チキンライス はるみの春雨卵スープ
667 kcal 23.4g 1.8g	626 kcal 26.6g 3.1g	680 kcal 27.2g 2.4g	600 kcal 21.1g 2.6g	

こんだて

あか
きいろ
みどり
栄養

こんだて

あか
きいろ
みどり
栄養

こんだて

あか
きいろ
みどり
栄養

こんだて

みどり
のこり

こんだて

あか
きいろ
みどり
栄養