



2020年11月給食献立表



※牛乳は、毎回つきます※

月	火	水	木	金
2 ホタテフライ定食 	3 文化の日 	4 ガパオライス スープ 	5 スパゲティー クロワッサン 	6 マッチング事業の日 給食はありません
9 中華飯 焼売 	10 ササミ揚げ定食 	11 ホタテご飯 ソーメン汁 	12 しょう油ラーメン 餃子 	13 サツマイモご飯 鶏団子汁 
16 ホタテカレー デザート 	17 ロコモコ丼 スープ 	18 ビーフシチュー ライス 	19 焼きそば 鯛焼き 	20 マイタゲご飯 みそ汁 
23 勤労感謝の日 	24 牛丼 みそ汁 	25 ハヤシライス デザート 	26 うどん 中華ちまき 	27 ルーロー飯 スープ 
30 鶏ホイル焼き みそ汁 	<p style="text-align: center;">ホタテの栄養</p> <p>無償提供で、ホタテのメニューが多くなっています。ホタテにはタウリンという身体に必要な栄養が多く含まれており、他にもビタミン、鉄分、カルシウムなど健康をキープするための栄養がとれる万能食材です。</p> 			