

11月11日(月)～11月22日(金)

11月は 大東中学生徒考案メニュー



¥250/1食

アレルギー									
麦	小麦	卵	卵	乳	乳製品	ソバ	そば		
エビ	エビ	カニ	カニ	ピー	ピーナッツ				

お箸は各自で用意しましょう

11 (月)	牛肉×カレー味はごはんが進むよね😊	麦 卵 乳
	麦ごはん 牛肉のカレー炒め 白身魚フライ (1食7-8付) チンゲン菜とキクラゲ炒め れんこんサラダ・キャンディーチーズ	
12 (火)	2種の鶏肉料理が楽しめる♪どちらが好み？	麦 卵 か
	ごはん 鶏肉ねぎ塩炒め グリルチキン マカロニペペロン・南瓜と花さつま煮 かにかまサラダ・黄桃缶	デザート つき

食育ランチ～発酵食～		
13 (水)	ごはん 豚キムチ さばの麴 (コウジ) 焼き 根菜みそ煮 ヨーグルト (個食)	麦 乳 エビ デザート つき

トリプルからあげDAY		
大人気からあげが3つも入る特別な日♪		
14 (木)	ごはん からあげ ポトフ キャベツソテー・大根フレンチサラダ ミニゼリー (2ヶ)	麦 卵 乳 デザート つき

大東中学生徒考案メニュー		
15 (金)	ゆかりわかめごはん 肉じゃが あじの塩焼き ちくわと小松菜のおかか炒め ほうれん草おひたし みかん缶	なし デザート つき

大東中学生徒考案メニュー		
18 (月)	ごはん ピーマン肉詰めフライ (1食7-8付) れんこんと鶏肉のソテー 野菜炒め・海藻サラダ ごま団子	麦 エビ カニ デザート つき

大東中学生徒考案メニュー		
19 (火)	麦わかめごはん すき焼き とろろ田揚げ 鮭ときのこのパスタ ほうれん草のごまみそ和え さつまいもの甘煮	麦 卵 デザート つき

バラエティー豊かなおかずが嬉しい😊		
20 (水)	ごはん とりの照焼き まぐろメンチカツ マカロニソテー・マーボー豆腐 南瓜サラダ・ミニフィッシュ	麦 卵

ランチ給食特製のチリソースがほんのり辛めでGOOD👍🌟		
21 (木)	ごはん 白身魚のチリソースかけ 牛焼肉 金平・バンバンジー りんご缶	麦 卵 デザート つき

ドキドキランチ		
大好きなあなたに食べて欲しい♡		
統一 22 (金)	カレーピラフ ハンバーグクリームソース ジャーマンポテト 野菜たっぷりソテー プリン (個食)	麦 卵 乳 デザート つき

「統一」とは、並盛・大盛が選べない日で260gの中盛りのご飯量になります。

【食育ランチ🍴👉】

中学生は、体も心も大きく成長する時期。健康な体を作り、すこやかな心を育むためには、食事がとても大切です。毎日の食事ですこし気にして取り入れていく...それを学ぶ「食育ランチ」を提供します。今回はのテーマは「発酵食」。発酵食品を学んで、毎日の食事に取り入れましょう。

※アレルギーに関する詳しい情報は、大野城市教育委員会までお問い合わせください※
(特定原材料を含むメニューの特定やコンタミ等)

- 献立の内容は、食材仕入れの都合により変更することがあります。
- 献立表やランチ給食の写真も大野城市役所のホームページに掲載していますのでご覧ください。
- 魚料理は骨がある場合がありますので、気をつけてお召し上がり下さい。



大野城市教育委員会

ホームページ <https://www.city.onojo.fukuoka.jp>

