

平成28年度

11月献立予定表

コザ高等学校：定時制

※ 食材調達の都合により献立の一部を変更することがありますm(_ _)m

	1日(火)	2日(水)	3日(木) 文化の日	4日(金)
<p>食欲の秋～♪</p> 	<p>カレーライス ブロッコリー土佐和え</p> 	<p>八宝菜 春雨スープ</p> 		<p>豚もやし炒め 中華スープ</p> 
	<p>材料 合い挽き肉・蒸し大豆・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・カレールウ・デミグラスソース・ブロッコリー・鰹節・醤油</p>	<p>材料 豚ロース・キャベツ・にんじん・もやし・ウズラの卵・干し椎茸・八宝菜の素</p>		<p>材料 豚・もやし・たまねぎ・にんじん・インゲン・味噌わかめ・ごま</p>
7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	
<p>ハンバーグ もやし和え 味噌汁</p> 	<p>クリームシチュー オムレツ</p> 	<p>ほうれん草ベーコンの Pasta ポテトサラダ</p> 	<p>麻婆豆腐 卵スープ</p> 	<p>鶏の甘酢あんかけ 冬瓜スープ</p> 
<p>材料 鶏ミンチ・合い挽き肉・玉ねぎ・麩・鶏卵・しょうゆ・みりん・酒・砂糖・生姜・片栗粉・もやし・千切り大根・すりごま</p>	<p>材料 鶏もも肉・ベーコン・玉ねぎ・にんじん・じゃがいも・インゲン・ホワイトルウ・オムレツ</p>	<p>材料 スパゲッティ・ベーコン・ほうれん草・オリーブオイル・じゃがいも・にんじん・鶏卵・マヨネーズ</p>	<p>材料 合い挽き肉・マイタケ・にんじん・たまねぎ・ニラ・木綿豆腐・木綿豆腐の素・鶏卵・小松菜</p>	<p>材料 鶏もも肉・にんじん・ピーマン・じゃがいも・たまねぎ・干し椎茸・酢豚の素・冬瓜・鶏卵・中華だし</p>
14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)
<p>カレー ブロッコリー土佐和え</p> 	<p>八宝菜 中華スープ</p> 	<p>豆腐ハンバーグ もやし和え 味噌汁</p> 	<p>親子丼 コロッケ</p> 	<p>豚もやし炒め 春雨スープ</p> 
<p>材料 合い挽き肉・蒸し大豆・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・カレールウ・デミグラスソース・ブロッコリー・鰹節・醤油</p>	<p>材料 豚ロース・キャベツ・にんじん・もやし・ウズラの卵・干し椎茸・八宝菜の素</p>	<p>材料 鶏ミンチ・合い挽き肉・玉ねぎ・麩・鶏卵・しょうゆ・みりん・酒・砂糖・生姜・片栗粉・もやし・千切り大根・すりごま</p>	<p>材料 鶏もも肉・卵・みりん・醤油</p>	<p>材料 豚・もやし・たまねぎ・にんじん・インゲン・味噌わかめ・ごま</p>
21日(月)	22日(火)	23日(水) 勤労感謝の日	24日(木)	25日(金)
<p>ほうれん草とベーコンの Pasta ポテトサラダ</p> 	<p>鶏の甘酢あんかけ 冬瓜スープ</p> 		<p>豚もやし炒め 中華スープ</p> 	<p>八宝菜 春雨スープ</p> 
<p>材料 スパゲッティ・ベーコン・ほうれん草・オリーブオイル・じゃがいも・にんじん・鶏卵・マヨネーズ</p>	<p>材料 鶏もも肉・にんじん・ピーマン・じゃがいも・たまねぎ・干し椎茸・酢豚の素・冬瓜・鶏卵・中華だし</p>		<p>材料 豚・もやし・たまねぎ・にんじん・インゲン・味噌わかめ・ごま</p>	<p>材料 豚ロース・キャベツ・にんじん・もやし・ウズラの卵・干し椎茸・八宝菜の素</p>
28日(月)	29日(火)	30日(水)	<p>“食”は“人”を“良”くする 「食」は「人」を「良」くすると書きます。 家族や友達と楽しく「食」べる、家の人が 作ってくれたものをおいしく「食」べる、農家の人や漁師さん、お店の人などのことを思いながら「食」べる、命を分けてくれる食べ物たち、太陽など自然に感謝</p>	
<p>カレー オムレツ</p> 	<p>和風ハンバーグ もやし和え 味噌汁</p> 	<p>麻婆豆腐 卵スープ</p> 		
<p>材料 合い挽き肉・蒸し大豆・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・カレールウ・デミグラスソース・ブロッコリー・鰹節・醤油</p>	<p>材料 鶏ミンチ・合い挽き肉・玉ねぎ・麩・鶏卵・しょうゆ・みりん・酒・砂糖・生姜・片栗粉・もやし・千切り大根・すりごま</p>	<p>材料 合い挽き肉・マイタケ・にんじん・たまねぎ・ニラ・木綿豆腐・木綿豆腐の素・鶏卵・小松菜</p>		

※注意 写真は参考です。必ずこの通り提供されるわけではありません。