令和8年11月献立表

令和8年１０月30日
北区立飛鳥中学校
校長　　高田　勝喜
栄養士　　大西　乙輝

2日（月）	3日（火）	4日（水）	5日（木）	6日（金）
ご飯 鰆の西京焼き 子ぎつねサラダ 具だくさん味噌汁 牛乳	 文化の日	中華丼 えのき和え 杏仁豆腐 牛乳	黒糖パン マカロニグラタン ABCスープ 牛乳	ご飯 ふくさ卵の甘酢あん かわりきんぴら 豆乳仕立ての野菜汁 牛乳
9日（月）	１０日（火）	１１日（水）	１２日（木）	１３日（金）
親子丼 パリパリお揚げサラダ こづゆ風 牛乳	【郷土料理　北海道】 ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き じゃこ和え どさんこ汁 牛乳	汁なし担々麺 スパイシーポテト もやしののり和え 牛乳	 中間考査	ご飯 根菜の酢豚 わかめスープ 牛乳
１６日（月）	１７日（火）	１８日（水）	１９日（木）	２０日（金）
ご飯 韓国風肉じゃが 小松菜とひじきのナムル 牛乳	２色トースト （たまご・セサミ） 野菜ドレッシングサラダ コーンシチュー 牛乳	ご飯 ししゃもの唐揚げ いぶりがっこ和え きりたんぽ汁 牛乳	チキンライス りっちゃんサラダ かぼちゃポタージュ 牛乳	茶飯 おでん 野菜の酢味噌和え 牛乳
２３日（月 ）	２４日（火）	２５日（水）	２６日（木）	２７日（金）
	ご飯 鯖の照り焼き ５色野菜の白和え 雷汁 牛乳	カレーライス ツナとわかめのサラダ 花みかん 牛乳	きびご飯 ちくわの磯辺揚げ 糸寒天のごま酢和え こしね汁 牛乳	スパゲティミートソース イタリアンサラダ アップルパイ 牛乳
３０日（月）				
わかめご飯 厚揚げとひき肉の煮物 切り干し大根の和え物 牛乳				