

月

火

水

木

金

11月献立

※6日 ベトナム風サンドイッチ (バインミー)
平麺ビーフン入りスープ (フォー)

中学校【若松・八幡東・八幡西・戸畑区】

※旬の食材

さつまいも・小松菜・ブロッコリー
ほうれんそう・はくさい・だいこん
れんこん・えのきだけ・しめじ・みかん・ゆず

※地産産の食材

小松菜・ブロッコリー・ほうれんそう・みずな
キャベツ・だいこん・たけのこ・わかめ



小学生レシピコンクール献立

牛乳

鶏のから揚げ

ご飯に混ぜます

カラフルまぜご飯

豚肉と小松菜のスープ

振替休日

4

牛乳

八宝菜

ホキの中華ソース

麦ご飯

チンゲンサイのスープ

6 ワールドツアー2024(ベトナム)

牛乳

パンを横から割って
はさみます

ベトナム風
サンドイッチ
(コッペパン)

チーズ

平麺ビーフン入り
スープ

ご飯

芦屋おでん

みそだれを
かけます

7

牛乳

バナナ

野菜のりごま和え

ご飯

芦屋おでん

8 いい歯の日献立

牛乳

1本ずつ

スライス
チーズ

パン

プロッコリーの
アーモンド和え

あらびきウイナー

かぼちゃの
カレークリームシチュー

11 カミカミ献立

牛乳

いわしの甘露煮

豆腐ときこのスープ煮

ご飯

12 大学コラボ献立
(九州栄養福祉大学)

牛乳

ヨーグルト
サラダ

ほうれんそうオムレツ

トマトのおんがえしカレー

ご飯にかけます

13 お楽しみ献立

牛乳

ぶどうゼリー

ハンバーグのりんごソース

わかめ
ふりかけ

プロッコリーと
コーンのチャウダー

ご飯

14

牛乳

納豆

キャベツのゆず香和え

豚肉とじゃがいもの含め煮

ご飯

15 日本全国味めぐり献立(北海道)

牛乳

とうきび
グラタン

豚肉のジンギスカン

いも団子汁

18

牛乳

ケチャップ
ケチャップを
かけます

キャベツのスクランブルエッグ

米粉パン(県産小麦粉)

白いんげん豆のスープ煮

19 食育の日 和食献立

牛乳

みかん

さばのぬかみそだき

秋のふきよせ汁

ご飯

20

牛乳

キャベツソテー

カリカリレバーピーンズ

卵スープ

ご飯

21 直方市のご当地料理

牛乳

ほうれんそうの
炒め物

鶏肉のココロソテー

小さいキャロットパン

直方焼きスパ

22 シェフの北キューミツ星献立
いい日本食の日献立

牛乳

しらすと
はくさいの
和え物

鶏かわ焼き

秋の栗り汁

25

牛乳

ヨーグルト

ゆで卵

味付のり

減量ご飯

みそラーメン

26

牛乳

1尾ずつ

ししゃものから揚げ

はくさいと厚揚げの
とろろ煮

ご飯

27 野菜の日献立

牛乳

さけ
ふりかけ

野菜のアーモンド炒め

和風カレーうどん

減量ご飯

28 中学生レシピコンクール献立

牛乳

カルシウム
ふりかけ

じゃがいものそぼろあん

ご飯に
かけます

麦ご飯

えび団子のすまし汁

29 中学生レシピコンクール献立

牛乳

大豆入り
青のりいりこ

2個ずつ

シューマイ

辛いダットリタン