

給食だより11月号



北海道小樽潮陵高等学校定時制

令和7年10月31日 No.8

日	曜	献立	行事
1	土		
2	日		
3	月		文化の日
4	火	みそラーメン、おにぎり	
5	水	酢鶏、ほうれん草和え物、たまごスープ	
6	木	豚肉と野菜のみそ炒め、ひじき煮、みそ汁（わかめ・玉ねぎ）	
7	金	ウインナーカレー、サラダ、コーンスープ	
8	土		
9	日		
10	月	サバのおろしポン酢、おでん、みそ汁（もやし・麴）	
11	火	牛丼、サラダ、みそ汁（長ねぎ・わかめ）	学校説明会
12	水	けんちんそば、おにぎり	
13	木	鶏肉のチーズ焼きトマトソース、フライドポテト、ポトフ風スープ	
14	金	チキンカレー、スパゲッティサラダ、コーンスープ	
15	土		
16	日		
17	月	焼き魚、大根の煮物、豚汁	
18	火	麻婆豆腐、焼売、中華スープ	
19	水	しょうゆラーメン、おにぎり	
20	木	ハンバーグ、マカロニサラダ、コンソメスープ	
21	金	ビーフカレー、シーザーサラダ、クリームスープ	
22	土		
23	日		勤労感謝の日
24	月		振替休日
25	火	肉うどん、おにぎり	後期中間考査①
26	水	ミックスフライ、小松菜のおひたし、みそ汁（玉ねぎ・いも）	②
27	木	チキンソテー香味ソース、ほうれん草ごま和え、みそ汁（大根・人参）	③
28	金	ハヤシライス、サラダ、ババロア	④
29	土		
30	日		

🍴 温野菜 を食べよう! 🍴

寒い季節に食べたいのが温野菜です。最近、レンジでチンして手軽に作れるレシピがたくさんあります。お勧めは、冬に美味しくなり体を温めてくれる根菜類です。大根や人参、かぶ、れんこん等です。マヨネーズ、ゴマだれ、ポン酢など好みの調味料で食べてみてください。



