



# 11月献立表

令和6年度

熊本工業高校定時制

日	曜	主食	牛乳	おかず	カロリー	アレルギー
1	金	ハヤシライス		フルーツ白玉 (熊定祭)	995	キウイ
2	土					
3	日	文化の日				
4	月	振替休日				
5	火	ご飯		韓国風肉じゃが、大根サラダ、わかめスープ	763	乳
6	水	食パン		ひよこ豆のカレースープ、マセドアンサラダ、	737	乳
7	木	文楽飯		筑前煮、呉汁	764	乳
8	金	映画鑑賞				
9	土					
10	日					
11	月	麦ご飯		白身魚フライのタルタルソース、味噌汁	819	乳
12	火	麦ご飯		秋野菜の煮物、豚汁	723	乳
13	水	コッペパン		チーズハンバーグ、和風サラダ、野菜スープ	724	乳
14	木	ご飯		赤魚のおろし煮、海藻サラダ、味噌汁	713	乳
15	金	チャーハン		餃子、ナムル、春雨スープ	710	乳
16	土					
17	日					
18	月	麦ご飯		鯖の西京焼き、ひじきの煮物、肉団子スープ	756	乳
19	火	芋栗ご飯		鶏肉の幽庵焼き、小松菜の和え物、つぼん汁：ふるさと熊さんデー	789	乳
20	水	食パン		きのこスパゲッティ、かぼちゃのサラダ	749	乳
21	木	おかかご飯		カレー炒り豆腐、ブロッコリーサラダ	700	乳
22	金	ご飯		若鳥の竜田揚げ、ごまマヨネーズ和え、味噌汁	875	乳
23	土	勤労感謝の日				
24	日					
25	月	麦ご飯		魚のムニエル、五目きんぴら、味噌汁	774	乳
26	火	麦ご飯		すき焼煮、いわしのつみれ汁	720	乳
27	水	コッペパン		ミネストローネスープ、チキンナゲット、野菜ソテー	729	乳
28	木	ご飯		おでん、れんこんのごま和え	716	乳
29	金	冬野菜カレー		フレンチサラダ、リンゴゼリー	769	乳
30	土					

人吉の味

リクエストメニュー

☆都合により献立の一部を変更する場合があります。

## “食事のあいさつ”に込められた思い



「いただきます」と「ごちそうさま」の食事のあいさつには、それぞれどんな意味があるかご存じですか？ 食事の前の「いただきます」は、食材となった自然の恵み、生き物の命をいただくことへの感謝を表す言葉です。食べ終わった後の「ごちそうさま」には、この食事を作るために関わった人たちへの感謝の気持ちが含まれています。単なるあいさつとしてではなく、意味を考え、心を込めて言えるといいですね。

### 11月23日は「勤労感謝の日」



食事に限らず、私たちの生活は多くの人の働きがあって成り立っていることを忘れずに、感謝の気持ちをもって過ごしましょう。