



秋の深まりとともに、朝晩の冷え込みが感じられる季節となりました。しっかり食べて体を温め、寒さに負けない元気な毎日を過ごしましょう。

食物アレルギーをお持ちのお子様のご家庭へ

毎月の献立表をご確認いただき、お子様が召し上がれないメニューがある場合は、必ず学校オフィスまでご連絡ください。対応としては、ご家庭から代替の食材をお持ちいただくか、献立の中で該当する一品を除いて配膳する形で対応しております。
saturdayschool@bcacademy.com TEL 425-300-5778

For Families of Students with Food Allergies

Please review the monthly menu, and if there are any items your child cannot eat, be sure to contact the school office. We can accommodate by either having you provide a substitute from home or by serving the meal with the specific item omitted. saturdayschool@bcacademy.com TEL 425-300-5778

給食の取り置き・持ち帰りについてお願い

衛生管理の都合上、給食の取り置きおよび学校からの持ち帰りはご遠慮いただいております。何卒ご理解のほどよろしくお願いいたします。

Notice Regarding School Lunch Storage and Take-Home

Due to hygiene and safety regulations, we are unable to hold or allow school lunches to be taken home. We appreciate your understanding.

献立 Menu		おもな食品と体内ではたらき		
11月		体を作る	エネルギー源	体の調子を整える
7	チキンナゲット のりたまごはん ★ コーンと黒豆のサラダ (イタリアンドレッシング) リンゴ Chicken Nuggets Rice with Noritama Furikake ★ Corn and blackbean salad(Italian Dressing) Apple	鶏ひき肉 卵 ★、乳製品 ★ かつお節 (のりたま) 黒豆 Ground Chicken Meat Egg ★, Dairy ★, Bonito Flakes(NoritamaFurikake) Blackbeans	小麦粉 (ケチャップ,ナゲット、のりたま) ごはん ごま ★ (のりたま) イタリアンドレッシング (お酢、サラダ油、コーンシロップ、玉ねぎ、にんにく、人参、赤ピーマン) Wheat Flour (Nuggets, Ketchup, Furikake) , Ketchup, Rice, Sesame ★(Furikake) Dressing (Vinegar, Vegetable Oil, Corn syrup, Onion, Garlic, Carrots, Papurika)	キャベツ、ネギ、にんにく、しょうが (餃子) のり コーン りんご Cabbage, Green Onion, Garlic, Ginger(Gyoza) , Seaweed, Corn Apples
14	ミートボールパスタ ★ ほうれん草とコーンサラダ (フレンチドレッシング) バナナ Pasta with Meatballs ★ Spinach and corn salad (French Dressing) Banana	牛ひき肉 パルメザンチーズトッピング ★ 乳製品 ★ (ミートボール) Ground Beef, Parmesan Cheese Topping ★ Milk Products ★ (Meatballs)	小麦粉 (パスタとミートボール) お酢、サラダ油 はちみつ (フレンチドレッシング) Wheat Flour(Pasta, Meatballs), Vinegar, Vegetable Oil, Honey(French Dressing)	マリナラソース ほうれん草、コーン バナナ Marinara Sauce, Spinach, Corn Banana
21	オレンジチキン ★ ミックスサラダ (和風ドレッシング) ごはん ブドウメドレー Orange Chicken ★ Mix Salad with Japanese Style dressing Rice Grape Medley	鶏肉 乳製品・卵 ★ (オレンジチキン) Chicken Meat, Dairy・Egg ★(Orange Chicken)	小麦粉、コーンスターチ (オレンジチキン)、砂糖、醤油、お酢 (オレンジチキンとドレッシング) ごはん Wheat Flour, Corn Starch (Orange Chicken), Sugar, Soy Sauce, Vinegar (Orange Chicken, Dressing) Rice	オレンジソース (ガーリック、ジンジャー、マンダリンオレンジフレーバー) 人参 ロメインレタス、ベルベッパ ブドウ Orange Sauce (Garlic, Ginger, Mandarin Orange Flavor) Carrot Spring Salad Mix Grapes
28	No School お休み			

★Allergen specifyingredients: egg, peanuts, milk (including dairyproducts), sesame