

10月 給食カレンダー

2021年度

今月の給食目標 旬の食材を知ろう

19日は食育の日

★クラス1本 ▲少なめのごはん

△ 白玉もちはのどにつめないよう気をつけましょう

除去食提供のある日は、カレンダーに
卵 乳 小麦 えび のマークがついています。

1日(金)

中華サラダ
にぎりのから揚げ(2個)

ごはん マーポー豆腐

<p>4日(月)</p> <p>和風炒め 鶏肉のきのこソースかけ</p> <p>ごはん 魚そうめんのみそ汁</p>	<p>5日(火)</p> <p>ツナとポテトのオーブン焼き ドライカレーの具</p> <p>ごはん コンソメスープ</p>	<p>6日(水) ★濃厚ソース</p> <p>ソーセージとキャベツのソテー コロケ</p> <p>うずまきパン じんじんのポタージュ</p>	<p>7日(木)</p> <p>豚肉と野菜のみそ炒め だし巻き卵 おろししょうゆかけ</p> <p>ごはん ちゃんこ鍋</p>	<p>8日(金) ★たまねぎドレッシング 目の愛護デー</p> <p>白菜とほうれん草のサラダ チキンメンチカツ かぼちゃのコンソメスープ</p> <p>ごはん ツナピラフ</p>
<p>11日(月)</p> <p>れんこんの炒め物 鮭のちゃんちゃん焼き</p> <p>ごはん 根菜汁</p>	<p>12日(火)</p> <p>大学芋 もやしナムル</p> <p>ごはん 八宝菜</p>	<p>13日(水) ★サウザンアイランドドレッシング</p> <p>キャベツとコーンのサラダ 鶏肉のみかんジュース煮</p> <p>米粉パン ポトフ</p>	<p>14日(木)</p> <p>ハムとキャベツのソテー ホキのポテト衣フライ ポークカレーライスの具</p> <p>ごはん</p>	<p>15日(金)</p> <p>ブルコギ 小松菜まんじゅう(2個)</p> <p>ごはん タッコムタン</p>
<p>18日(月)</p> <p>茎わかめの炒め物 鶏肉の照り焼き</p> <p>ごはん 豚汁</p>	<p>19日(火)</p> <p>豚バラとさつまいもの煮物 レンピ賞 鱈の竜田揚げ なめことわかめのみそ汁</p> <p>ごはん</p>	<p>20日(水)</p> <p>ナタデココフルーツ 焼きソーセージ</p> <p>コッパン きのこシチュー</p>	<p>21日(木)</p> <p>チンジャオロースー 味付けのり チヂミ</p> <p>ごはん 春雨スープ</p>	<p>22日(金)</p> <p>こんにゃく寒天のサラダ いかの天ぷら</p> <p>ごはん 豆腐のカレー煮</p>
<p>25日(月) ▲</p> <p>ツチとわかめの酢の物 ちぎりさつま揚げ</p> <p>菜めし ほうとう</p>	<p>26日(火)</p> <p>塩こうじ炒め さばのみそ煮</p> <p>ごはん だんご汁</p>	<p>27日(水)</p> <p>ポテトサラダ 飲むヨーグルト ハンバーグ・ソースかけ</p> <p>×ロンパン ミネストローネ</p>	<p>28日(木)</p> <p>大和煮 ほっけのみりん干し</p> <p>ごはん みそ汁</p>	<p>29日(金)</p> <p>炒めピーマン 鶏肉のから揚げ(2個)</p> <p>ごはん 中華風コンソメスープ</p>