

☆10月分 給食献立

3年 修学旅行 10/4(火) ~ 10/6(木)



月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・牛乳 ・チキンの マーマレード焼き ・ごまあえ ・寄せ豆腐汁 熱 769kcal た 42.0g	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・牛乳 ・焼き魚(塩さば) ・切干大根のうま煮 ・あおさのみそ汁 熱 809kcal た 38.0g	<ul style="list-style-type: none"> ・たまごとじうどん ・牛乳 ・棒々鶏サラダ ・にんじんと チーズの蒸しパン 熱 776kcal た 32.1g	<ul style="list-style-type: none"> ・中華風ご飯 ・牛乳 ・生姜のサラダ ・チンゲン菜のスープ 熱 791kcal た 29.3g	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・牛乳 ・卵焼き(トマトソース) ・ブロッコリーの ペペロンチーノ ・わかめスープ 熱 845kcal た 26.6g
10	11	12	13	14
スポーツの日 	秋季休業 	秋季休業 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・牛乳 ・ちくわの マヨネーズ焼き ・五目きんぴら ・厚揚げのみそ汁 熱 846kcal た 24.6g	<ul style="list-style-type: none"> ・麻婆丼 ・牛乳 ・海藻サラダ ・かにたまスープ 熱 876kcal た 36.1g
17	18	19	20	21
<ul style="list-style-type: none"> ・ひじきご飯 ・牛乳 ・シュウマイ ・春雨煮 ・小松菜のみそ汁 熱 870kcal た 30.6g	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・牛乳 ・赤魚のピザ焼き ・くきわかめ炒め ・えのきのみそ汁 熱 722kcal た 34.1g	<ul style="list-style-type: none"> ・塩ラーメン ・牛乳 ・揚げ餃子 ・果物(梨) 熱 797kcal た 30.1g	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・牛乳 ・肉だんご ・豚肉ときゃべつの 甘味噌炒め ・水菜のスープ 熱 886kcal た 35.8g	<ul style="list-style-type: none"> ・エビピラフ ・牛乳 ・ささみサラダ ・さつまいものシチュー 熱 929kcal た 35.8g
24	25	26	27	28
<ul style="list-style-type: none"> ・わかめご飯 ・牛乳 ・れんこんと 豚肉の甘酢炒め ・つみれのお吸い物 熱 749kcal た 28.4g	<ul style="list-style-type: none"> ・豆トマトカレー ・牛乳 ・ゆで野菜サラダ ・福神漬 熱 864kcal た 30.8g	<ul style="list-style-type: none"> ・米粉パン ・牛乳 ・いちごジャム ・バジルチキン ・ごぼうサラダ ・ワンタンスープ 熱 715kcal た 37.5g	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・牛乳 ・高野豆腐の 肉のせ揚げ ・野菜のしょうがあえ ・もやしと麩のみそ汁 熱 870kcal た 34.4g	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・牛乳 ・豚肉の生姜焼き ・にんじんしりしり ・なめこのみそ汁 熱 897kcal た 37.9g
31				
<ul style="list-style-type: none"> ・ハヤシライス ・牛乳 ・コーンサラダ ・かぼちゃプリン 熱 986kcal た 24.9g	<div style="border: 2px dashed pink; padding: 10px;"> <p>お知らせ 10月に使用予定の五城目産の食材は、米(あきたこまちの新米です!) じゃがいも・ねぎ・ピーマン・たけのこ・えだまめ・パプリカ・切干大根・福 神漬・みそ・甘酒です。生産者の皆様に感謝して、地場産の食材をおいしくい ただきましょう!</p>   </div>			