

10月給食こんだて表

月	火	水	木	金
	1	2	3	4
	ハヤシライス き切り干し大根のサラダ ぶどうゼリー 牛乳	わかめごはん いわしの梅煮 おひたし 豚汁 牛乳	クリームスパゲティ キャベツサラダ 牛乳	ごはん 鶏肉のからあげ きんぴらごぼう わかめのみそ汁 牛乳
7	8	9	10	11
ごはん 鮭の塩焼き き切り干し大根の カレー炒め さつま汁 牛乳	ごはん シュウマイ 豚こまプルコギ トックスープ 牛乳	スタミナピラフ ミートオムレツ ツナサラダ キャベツと肉団子のスープ ジャージー牛乳	まる丸パン 焼き栗コロッケ チキンのオーロラ ソースサラダ ABCスープ ブルーベリーゼリー 牛乳	 秋季休業
14	15	16	17	18
 スポーツの日	くりごもく栗五目ごはん あつやたまご厚焼き卵 まめまめサラダ とうふ豆腐のみそ汁 牛乳	マーボー丼 はくさいとりにく白菜と鶏肉のスープ 牛乳	ごもく五目うどん ごまサラダ 牛乳	ごはん ほっけの塩焼き 豚肉とキャベツのみそ炒め 麩のすまし汁 牛乳
21	22	23	24	25
ごはん ちくわのいそべ揚げ じゃが豚キムチ ごま汁 牛乳	ドライカレー ブロッコリーサラダ ジョア	ごはん あじフライ 大根のそぼろ炒め 厚揚げとしめじのみそ汁 牛乳	ピザトースト 花野菜サラダ 大根スープ 牛乳	ちゅうかどん中華丼 はるさめ春雨スープ 牛乳
28	29	30	31	
ごはん あかうお たつたあ赤魚の竜田揚げ キャベツのごま和え なめこのみそ汁 牛乳	ごはん こめこ米粉ぎょうざ ビーフン炒め はくさい白菜のかき玉スープ 牛乳	ゆかりごはん さばの塩焼き おかか和え 大根のみそ汁 牛乳	や焼きそば ちゅうか中華スープ かぼちゃプリン 牛乳	

給食の約束

- *食事の前はていねいに手を洗いましょう。
- *準備は、すばやく清潔にしましょう。
- *給食当番は、服装をしっかりと整えましょう。
- *気持ちをこめて、あいさつをしましょう。
- *教室やランチルームではお話をしないで食べましょう。

