

令和元年

10

October

体育祭

1日(火) 魚のコーンフレーク揚げ



- ・ポテトとかぼちゃのマヨソース
- ・厚揚げのごま炒め
- ・パン缶
- ・なすのみそ汁

2日(水) 焼肉



- ・ささみと野菜のからし酢
- ・杏仁豆腐

3日(木) 鶏肉のトマト煮



- ・黒糖パン
- ・キャベツと卵の炒め物
- ・こんにゃくのピリ辛炒め
- ・春雨スープ

4日(金) カレーうどん



- ・塩昆布の炊き込みごはん(小盛)
- ・にら玉豆腐
- ・チンゲン菜のゆずこししょう炒め

7日(月) 鮭のちゃんちゃん焼き



- ・金時ごはん
- ・根菜の煮物カレー風味
- ・あずき団子

8日(火) 牛肉コロッケ



- ・バーガーパン
- ・マカロニのクチャップ炒め
- ・ささみ入りサラダ
- ・かぼちゃのタルト
- ・クリームスープ

9日(水) 豚キムチ



- ・高野豆腐の旨め煮
- ・かぼちゃのサラダ
- ・わかめスープ

10日(木) 手作りハンバーグ ~デミグラスソースがけ~



- ・ゆでキャベツ
- ・チャフチェ
- ・りんご缶

11日(金) 白身魚のチリソース



- ・フライドポテト
- ・わかめサラダ
- ・もやしとベーコンの韓国風炒め
- ・卵スープ

毎日、ご飯と牛乳(200ml)が付きます。主食が炊き込みご飯やパンなどの場合は献立名を表示します。



給食のときはおはしを忘れず！スプーンがあると食べやすい日はスプーンマークを表示します。

15日(火) とんかつ



- ・ポイルキャベツ
- ・きんぴらごぼう
- ・チンゲン菜の煮びたし
- ・紅葉のすまし汁

16日(水) マーボー豆腐



- ・チーズ入り海菜サラダ
- ・チキンナゲット

17日(木) 鶏肉の塩麹焼き



- ・大豆もやし炒め
- ・オイスターソース炒め
- ・フライヒンジ
- ・ヨーグルト和え

18日(金) さばの竜田揚げ



- ・薬めし
- ・ほうれん草のあえ物
- ・ごんざ(種座)
- ・くすまんじゅう
- ・吉野汁

21日(月) あんかけ焼きそば



- ・ひじきごはん
- ・かき揚げ
- ・黄桃缶

22日(火) 祝日 (即位礼正殿の儀)



23日(水) いわしフライ



- ・小松菜のごま和え
- ・里手のそぼろあんかけ
- ・にんじんのじゃこ炒め
- ・白玉入りフルーツポンチ

24日(木) ポークチャップ



- ・アップルパン
- ・スパイシーポテト
- ・バジルスパゲティ
- ・小松菜の甘酢和え
- ・オニオンスープ

25日(金) カミカミ根菜和風カレー



- ・麦ごはん
- ・スペイン風オムレツ
- ・ほうれん草のソテー
- ・野菜サラダ
- ・みかん缶

28日(月) フライ盛り合わせ



- ・キャベツのカレーソー
- ・切干大根の煮物
- ・レアチーズいちご
- ・なめこのすまし汁

29日(火) タンドリーチキン



- ・パンキンパン
- ・スパゲティサラダ
- ・のり塩ポテト
- ・ミニゼリー(ぶどう)
- ・コンポータージュ

30日(水) 豚じゃが



- ・卵入り野菜ソー
- ・ちくわの磯辺揚げ
- ・豆腐とわかめのみそ汁

31日(木) 秋のきのこごはん



- ・たらこの西京焼き
- ・野菜のごま炒め
- ・いちもの天ぷら
- ・根菜のレモンバジルサラダ
- ・かぼちゃプリン

今月は「かぼちゃのサラダ」「かぼちゃのタルト」「パンキンパン」「かぼちゃプリン」と、旬のかぼちゃをふんだんに使用しました。「食育の日」の献立は、奈良県の郷土料理です。マークシートで給食を申し込む場合は、9月13日(金)の給食時間までに配膳室に提出してください。予約システム(パソコン、スマートフォン、携帯電話)での申し込みは、通常通り7日前までです。