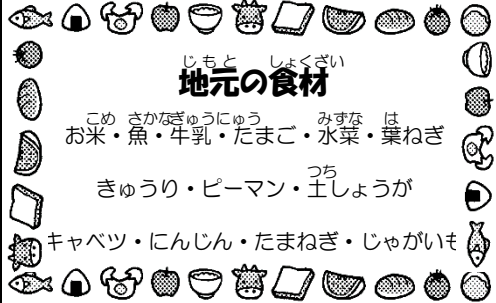
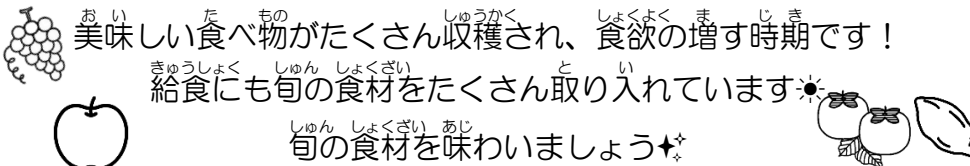


10がつ こんだてひょう



令和5年度 岩滝小学校

月	火	水	木	金
2日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ちくわの磯辺揚げ キャベツとじゃこの酢の物 高野豆腐の卵とし ココアもち	3日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 鶏肉のバーベキューソース ドレッシングサラダ 豚肉とレタスのスープ	4日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さばの韓国風煮 もやしのナムル ワントンスープ	5日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 鶏肉の天ぷら ちくわと根菜のきんぴら 手まり麩のすまし汁	6日 マラソンお疲れさま献立☆ カツカレー ぎゅうにゅう 牛乳 ツナと小松菜のレモン和え フルーツゼリー
9日 スポーツの日 	10日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 豚肉とたまねぎのオイスター炒め 磯香和え たまねぎとじゃがいものみそ汁	11日 ココア揚げパン ぎゅうにゅう 牛乳 みすな 水菜とツナのサラダ チリコンカン	12日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 しろみざかな いしがき 白身魚の石垣フライ ポパイサラダ さつまいもとにんじんスープ	13日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 厚揚げのそぼろあんかけ New 梅和え えのきのすまし汁
16日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 豚肉の梅マヨネーズ焼き New 小松菜のおかか和え 厚揚げのみそ汁	17日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さわらのごまだれ焼き 即席漬 New 親子煮	18日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 チキン南蛮 キャベツのおひたし 小松菜のすまし汁	19日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 豆腐の中華風煮 わかめサラダ New 大豆とさつまいもの甘辛和え	20日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 手作りシュウマイ 大根サラダ 野菜スープ
23日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 マーボー大根 中華サラダ スイートポテト	24日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 秋野菜のかき揚げ かぶとツナの和風サラダ 白ねぎのみそ汁	25日 ミルクパン ぎゅうにゅう 牛乳 ポテトパン粉焼き フレンチサラダ コーンポタージュ	26日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 いかと大豆のチリソース 春雨のマスタードサラダ 白菜の中華スープ	27日 New カラフルもずく丼 ぎゅうにゅう 牛乳 もやしのごま和え にらたま汁
30日 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 鶏肉と根菜の甘辛炒め 小松菜のごま和え たまねぎのみそ汁	31日 コーンピラフ ぎゅうにゅう 牛乳 九条ねぎのサラダ キャベツのコンソメスープ かぼちゃのカップケーキ	 じもと しよくざい 地元の食材 お米・魚・牛乳・たまご・水菜・葉ねぎ きゅうり・ピーマン・つちしょうが キャベツ・にんじん・たまねぎ・じゃがいも		＼ 秋を味わいましょう！ ／ 「実りの秋」「食欲の秋」と言われるように秋は気候が良く 美味しい食べ物がたくさん収穫され、食欲の増す時期です！ 給食にも旬の食材をたくさん取り入れています☀️ 旬の食材を味わいましょう☆ 

*献立内容は学校行事、物資購入などの都合により、変更することがあります。ご了承ください。