

10月 こんだて表



令和8年

京丹後市立久美浜小学校

月	火	水	木	金
*10/19～23は、 きょうたんごしさんとくべつさいばいまい 京丹後市産特別栽培米 しょう 使用しています。 あじ 味わっていただきますよう。 			1 ◇ごはん ◇クリスピーチキン ◇キャベツとツナのサラダ ◇マカロニスープ ◇ぎゅうにゅう	2 ◇ごはん ◇おからのキッシュ ◇ぶたにくとやさいのソテー ◇コンソメスープ ◇ぎゅうにゅう
5 ◇さつまいもごはん ◇ちくわのいそべあげ ◇たくあんあえ ◇みずなとぶたにくのはりはりじる ◇ぎゅうにゅう	6 ◇ごはん ◇サバのソースに ◇のざわないため ◇とうふだんごのみそしる ◇ぎゅうにゅう	7 ◇ごはん ◇とうふのちゅうかふう ◇キャベツのにびたし ◇なし ◇ぎゅうにゅう	8 ◇わかめごはん ◇きのこのスパゲッティ ◇かきのサラダ ◇ぎゅうにゅう	あきまつ こんだて 秋祭り献立 9 ◇せきはん ◇ぶたにくのしょうがいため ◇ゆかりあえ ◇ふのすましじる ◇ぎゅうにゅう
12 スポーツの日 	13 ◇ごはん ◇さかなのマヨネーズやき ◇きりぼしだいこんのソースいため ◇とうふのみそしる ◇ぎゅうにゅう	14 ◇スイートカレーライス ◇ササミとキャベツのサラダ ◇リンゴゼリー ◇ぎゅうにゅう	せかい りょうり 世界の料理 かんこく 韓国 15 ◇クッパ ◇ひじきのナムル ◇みずなのむしパン ◇ぎゅうにゅう	16 ◇ごはん ◇すきやきふう ◇キャベツとわかめのすのもの ◇だいずのしゃりしゃりあげ ◇ぎゅうにゅう
19 ◇ごはん ◇とりにくのなしバーベキューソース ◇スイートサラダ ◇ジュリエヌスープ ◇ぎゅうにゅう	たんご しょく 食の日 20 ◇ごはん ◇キスのあまからがらめ ◇うのはないりに ◇みそけんちんじる ◇ぎゅうにゅう	21 ◇ごはん ◇ぶたにくとやさいのみそいため ◇くじょうねぎのサラダ ◇すましじる ◇ぎゅうにゅう	22 ◇ごはん ◇ハンバーグきのこソース ◇キャベツのソテー ◇コーンスープ ◇ぎゅうにゅう	23 ◇ちゅうかどん ◇カレービーフン ◇おさつスティック ◇ぎゅうにゅう
26 ◇ごはん ◇とりにくのさっぱり ◇ごしきあえ ◇せんだごじる ◇ぎゅうにゅう	27 ◇ごはん ◇とりにくとレバーのあまからがらめ ◇だいこんとツナのサラダ ◇にらのちゅうかスープ ◇ぎゅうにゅう	は び 歯の日 28 ◇むぎごはん ◇キスのカレーあげ ◇きんぴらごぼう ◇こうやとうふとやさいのスープ ◇ぎゅうにゅう	29 ◇ごはん ◇さつまいものかきあげ ◇やさいまめ ◇ぶたじる ◇ぎゅうにゅう	ハロウィン こんだて 献立 30 ◇キャロットライスのホワイトソースかけ ◇ブロッコリーのサラダ ◇かぼちゃととうにゅうのマフィン ◇ぎゅうにゅう