



がつ たの きゅうしょく 10月のお楽しみ給食



こんだて

10月6日(金) かみかみ献立

こんだて
〈献立〉

- コッパン
- 牛乳
- 鶏肉のケチャップ煮
- 大豆とじゃこのかりかり揚げ

よくかむと…

脳の働きをよくしたり、
虫歯を防いだい消化を助けたり、
体によいことがたくさんあります。



きゅうしょく

10月19日(木) わくわく給食

うた

♪～歌とコラボ～♪

こんだて
〈献立〉

- カレーライス
- 牛乳
- 野菜のソテー



にんじん♪ たまねぎ♪ じゃがいも♪

ぶたにく♪ おなべで♪ いためて♪

ぐつぐつに～ましょ♪

みんながだ～いすきなカレーライスのうたを

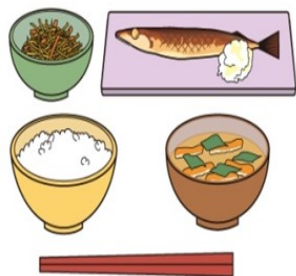
うたってみよう!

やわたしょくいく ひ

10月12日(木) 八幡食育の日

こんだて
〈献立〉

- ごはん
- 牛乳
- 鯖のピリ辛焼き
- さつまいものみそ汁
- ちくわとごぼうのきんぴら



こんだて
〈献立〉

- ジャンバラヤ
- 牛乳
- ベジタブルスープ
- かぼちゃケーキ
- かぼちゃプリン

ハロウィンといえば「かぼちゃ」です!

デザートはかぼちゃの入ったケーキかプリンです!

自分の食べたいほうを選びます。



いちじゅう にさい

一汁二菜

和食の基本です。主食のご飯を中心に、汁物と

主菜+副菜をそろえた献立のくみあわせのことを

言い、自然と栄養バランスを整えることができます。