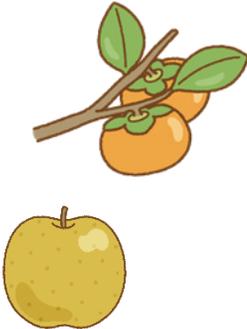




10月のこんだてひょう

京丹後市立大宮南小学校

月	火	水	木	金
	1日 <small>ちゅうかどん</small> ・中華丼 <small>こんぶいた</small> ・キャベツの昆布炒め <small>きんときまめ あまに</small> ・金時豆の甘煮 <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳	2日 ・ごはん <small>さかな</small> ・魚のマヨネーズ焼き <small>きりぼしだいこん</small> ・切干大根のソース炒め <small>しる</small> ・わかめのみそ汁 <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳	3日 ・ごはん <small>こうや たまご</small> ・高野豆腐の卵とじ ・キャベツとわかめの酢のもの <small>なし</small> ・梨 <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳	4日 ・ごはん ・ささみのチリソース <small>ちゅうか</small> ・中華サラダ ・ワンタンスープ <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳
	7日 ・ごはん <small>や ふうに</small> ・すき焼き風煮 ・ひじきのマヨネーズあえ ・りんごゼリー <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳	8日 ・ごはん <small>とりにく に</small> ・鶏肉のさっぱり煮 <small>ごしき</small> ・五色あえ <small>じる</small> ・ひつつみ汁 <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳	9日 <small>むぎ</small> ・麦ごはん ・スイートカレー ・キャベツとコーンのソテー <small>ふくじんづ</small> ・福神漬け <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳	10日 目の愛護デー ・ごはん <small>とりにく</small> ・鶏肉とレバーの甘辛がらめ <small>だいこん</small> ・大根とツナの和風サラダ ・にらたまスープ <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳
14日 スポーツの日 	15日 世界の料理・メキシコ <small>せかい りょうり</small> ・メキシカンライス (特別栽培米) <small>とくべつさいばいまい</small> ・パインのサラダ ・ビーンズスープ ・チョコプリン <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳	16日 ・ごはん <small>とくべつさいばいまい</small> (特別栽培米) ・れんこんバーグ ・キャベツとベーコンのソテー ・マカロニスープ <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳	17日 たんご・食の日 ・ごはん <small>とくべつさいばいまい</small> (特別栽培米) ・キスの甘辛がらめ <small>はな</small> ・うの花炒り煮 ・さつまい汁 <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳	18日 ・さつまいもごはん (特別栽培米) <small>とくべつさいばいまい</small> ・ちくわのいそべあげ ・いそかあえ ・とうふのすまし汁 <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳
21日 ・ごはん <small>とくべつさいばいまい</small> (特別栽培米) <small>ぶたにく たま</small> ・豚肉と玉ねぎのオイスター炒め ・ひじきのナムル <small>たまご</small> ・卵のふわふわスープ <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳	22日 ・ごはん <small>なんばんづ</small> ・キスの南蛮漬け ・こんにゃくのおかか煮 ・けんちん汁 <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳	23日 さつまいもと豆の日(13日) 献立 ・ごまごはん ・さつまいものかきあげ <small>やさいまめ</small> ・野菜豆 <small>とんじり</small> ・豚汁 <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳	24日 ・ごはん ・おからのキッシュ <small>ぶたにく やさい</small> ・豚肉と野菜のソテー ・ジュリエンヌスープ <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳	25日 世界パスタデー(25日) 柿の日(26日) 献立 ・わかめごはん ・スパゲッティ ミートソース <small>みずな</small> ・水菜とささみのサラダ <small>かき</small> ・柿 <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳
28日 歯の日 <small>むぎ</small> ・麦ごはん ・とうふとエビのうすくず煮 <small>きりぼしだいこん</small> ・切干大根のポン酢炒め ・おさつスティック <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳	29日 ・ごはん ・さばのみそ煮 <small>のざわないた</small> ・野沢菜炒め <small>はくさい</small> ・白菜のそぼろ汁 <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳	30日 4年生リクエスト 献立 ・キムタクごはん ・からあげ ・みかんのサラダ ・コーンスープ ・サイダーゼリー <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳	31日 ハロウィン 献立 ・キャロットライスのホワイトソースかけ ・ブロッコリーのレモンサラダ ・かぼちゃのカップケーキ <small>ぎゅうにゅう</small> ・牛乳 	

都合により、献立を変更することがあります。