



# 10月のこんだてひょう

京丹後市立大宮南小学校

<p>10月6日は「中秋の名月」 この頃は空気が澄んで1年の中で 月が最もきれに見える時期なので 「お月見」をする風習があります。 この日の給食の「お月見団子汁」は、月のように 黄色く真ん丸なかぼちゃ団子をお汁の中に浮かべ ます。1つずつ調理員さんの手作りのお団子です。 楽しみにしてくださいね。</p> 		水	木	金
		1日	2日	3日
		<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>ポトフ</li> <li>鶏肉と野菜のソテー</li> <li>りんご</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>鶏肉の南蛮だれ</li> <li>ピーマンの昆布炒め</li> <li>ふしめん汁</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>ささみのバジルフライ</li> <li>スイートサラダ</li> <li>コーンスープ</li> <li>牛乳</li> </ul>
6日	7日	8日	9日	10日
<p>中秋の名月</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>豚肉の和風マリネ</li> <li>お月見団子汁</li> <li>抹茶プリン</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>白身魚の香草パン粉焼き</li> <li>ジャーマンポテト</li> <li>コンソメスープ</li> <li>牛乳</li> </ul>	<p>歯の日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>麦ごはん</li> <li>肉豆腐</li> <li>わかめとえのきの煮びたし</li> <li>さつまいもチップス</li> <li>牛乳</li> </ul>	<p>秋祭り献立</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>赤飯</li> <li>豚肉のしょうが炒め</li> <li>キャベツとじゃこのおひたし</li> <li>けんちん汁</li> <li>牛乳</li> </ul>	<p>目の愛護デー</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>鶏肉とレバーの甘辛がらめ</li> <li>にんじんしりしり</li> <li>五目スープ</li> <li>牛乳</li> </ul>
13日	14日	15日	16日	17日
<p>スポーツの日</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>さつまいもごはん(特別栽培米)</li> <li>鶏肉の照り焼き</li> <li>即席漬け</li> <li>水菜と豚肉のはりはり汁</li> <li>牛乳</li> </ul>	<p>世界の料理・フランス</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん(特別栽培米)</li> <li>おからのキッシュ</li> <li>豚肉と野菜のソテー</li> <li>ジュリエンヌスープ</li> <li>牛乳</li> </ul>	<p>たんご・食の日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん(特別栽培米)</li> <li>キスの石垣フライ</li> <li>九条ねぎのサラダ</li> <li>さつまいも汁</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん(特別栽培米)</li> <li>ハンバーグ</li> <li>きのこソース</li> <li>ゆで野菜</li> <li>さつまいもポタージュ</li> <li>牛乳</li> </ul>
20日	21日	22日	23日	24日
<p>4年生リクエスト献立</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>わかめごはん(特別栽培米)</li> <li>鶏肉のからあげ</li> <li>ごぼうサラダ</li> <li>すまし汁</li> <li>チョコプリン</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>イカのかりんあげ</li> <li>切干大根の五目炒め煮</li> <li>豚汁</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>スイートカレー(麦ごはん)</li> <li>きのこのソテー</li> <li>サイダーゼリー</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>八宝菜</li> <li>切干大根のソース炒め</li> <li>梨</li> <li>牛乳</li> </ul> 	<p>世界パスタデー(25日)</p> <p>柿の日(26日)献立</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ゆかりごはん</li> <li>スパゲッティ</li> <li>ミートソース</li> <li>柿入りサラダ</li> <li>牛乳</li> </ul> 
27日	28日	29日	30日	31日
<ul style="list-style-type: none"> <li>あぶたま丼</li> <li>豚肉とねぎの酢みそあえ</li> <li>こんにゃくのピリ辛煮</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>ヤンニョムチキン</li> <li>もやしのナムル</li> <li>春雨スープ</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>さばのカレー焼き</li> <li>れんこんきんぴら</li> <li>せんだご汁</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>すごもり卵</li> <li>白菜のおかかあえ</li> <li>臭汁</li> <li>牛乳</li> </ul>	<p>ハロウィン献立</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>キャロットライスのホワイトソースかけ</li> <li>キャベツとコーンのソテー</li> <li>かぼちゃと豆乳のマフィン</li> <li>牛乳</li> </ul> 

都合により、献立を変更することがあります。