



10月のこんだてひょう

みねやまがくえん しょうがっこう
峰山学園しんざん小学校

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6【秋祭り献立】
ごはん 鶏肉とさつまいもの オーロラソース和え ベーコンとキャベツのソテー にらたま汁 牛乳	ごはん 栄養満点ナゲット ひじき入り炒め物 ワンタンスープ 牛乳	ごはん すき焼き風煮 おひたし 抹茶プリン 牛乳	ごはん 白身魚の変わり揚げ キャベツの即席漬け のっぺい汁 牛乳	栗入り赤飯 ちくわの照り煮 たくあん和え 豆腐のみそ汁 牛乳
9	10	11	12	13
しゅくじつ 祝日	スイートカレーライス (麦ごはん) 水菜とハムのサラダ 福神漬け りんごゼリー 牛乳	ごはん サバの生姜煮 煮びたし 豆腐のすまし汁 牛乳	ごはん おからキッシュ 大根とツナの和風和え ジュリエンヌスープ 牛乳	ごはん さつまいもと チーズの春巻き ひじき豆 キャベツのみそ汁 牛乳
16	17	18【歯の日】	19【たんご・食の日】	20
ごはん 肉じゃが 切干大根とツナの炒め物 こんにゃくのおかか煮 牛乳	大豆ライス 炒めビーフン わかめスープ 梨 牛乳	麦ごはん 鶏肉の 梨バーベキューソース ごぼうのサラダ 切干大根のスープ 牛乳	さつまいもごはん キスのカレー天ぷら キャベツの昆布和え 豚汁 牛乳	親子丼ぶり 千草和え 金時豆の甘煮 牛乳
23	24	25	26	27
ごはん れんこんバーグ キャベツとコーンの炒め物 さつまいも汁 牛乳	ごはん キスフライの タルタルソースかけ ゆで野菜 大根スープ 牛乳	ごはん ミートスパゲティ イカのマリネ パンナコッタ 牛乳 【イタリア料理】	ごはん 豆腐の中華風煮 水菜と柿のサラダ アーモンドじゃこ 牛乳	きのこごはん 豚肉とねぎのぬた かきたま汁 焼き芋 牛乳
30	31【ハロウィン】			
ごはん ヤンニョムチキン わかめ入り中華サラダ 春雨スープ 牛乳	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 かぼちゃの カップケーキ 牛乳			

10月31日【ハロウィン】

10月31日はイギリスやアメリカなどではハロウィンのお祭りがあります。

この日に死んだ人の霊が家に来たり、悪霊がきて作物を荒らしたりすると信じられていたので、これらの霊を鎮めたり、追い払ったりするのにかぼちゃで作った「ジャック・オー・ランタン」と呼ばれるちょうちんを飾ります。ハロウィンの日の31日にはかぼちゃを使ったカップケーキを出します。