

がつぶん 10月分のこんだて

おおさかしりつたつみしょうがっこう
大阪市立異小学校

※予定ですのでかわることがあります。

れいわ ねんど 令和8年度【10月1日(木)～10月30日(金) 21日間】



いつか 5日  ・あげどりのねぎだれかけ ・中華スープ ・えだまめ	おいか 6日  ・豚肉のごまみそ焼き ・ふきよせ煮 ・焼きのり	なか 7日  ・いわしフライ(小麦) ・カレースープ ・ベーコンとごぼうのソテー	ついたち 1日  ・ほっけのおろししょうゆかけ ・豚汁 ・くきわかめのつくだ煮	ふつか 2日  ・鶏肉とさつまいものシチュー ・はくさいのピクルス ・りんごのコンポート
にち 12日 スポーツの日	にち 13日  ・豚肉のガーリック焼き ・コーンスープ ・ヨーグルト(乳) ・いちごジャム	じゅうつか 14日  ・和風ハンバーグ ・五目汁 ・金時豆の煮もの	にち 15日  ・白身魚フリッター(小麦) ・スープ ・さんどまめとコーンのサラダ	にち 16日  ・ポークカレーライス ・ほうれんそうのソテー ・洋なし缶
にち 19日  ・鶏肉のチリソース焼き ・焼き豚のスープ ・ツナとさんどまめのいためもの ・みかんジャム	はつか 20日  ・みそカツ(米粉カツ) ・じゃがいもと野菜の煮もの ・ほうれんそうのおひたし【かつおぶし】	にち 21日  ・中華丼(卵) ・あつあげのピリ辛しょうゆかけ ・黄桃ハーフ缶	にち 22日  ・イタリアンスパゲッティ(小麦) ・サワーキャベツ ・スイートポテト	にち 23日  ・ブルコギ ・トック ・もやしのナムル
にち 26日  ・ピリ辛煮 ・大学いも ・きゅうりの中華あえ	にち 27日  ・鶏肉の甘辛焼き ・かぼちゃのみそ汁 ・おかかなっ葉	にち 28日  ・大豆入りキーマカレーライス ・キャベツのひじきドレッシング ・みかん	にち 29日  ・タンタンめん〈肉みそ・汁めん(小麦)〉 ・キャベツの中華だれかけ ・いり黒豆 ・バター(乳)	にち 30日  ・さけのゆずしょうゆかけ ・みそ汁 ・高野豆腐のいり煮