

# 10月分献立表

日(曜)	ご飯/パン	牛乳	献立名	コメント
3日 (月)			給食中止	小学校運動会代休のため お弁当の日
4日 (火)	ごはん	牛乳	ピリ辛丼、中華スープ、黄桃(缶)	ピリ辛丼は、豚肉を主材にたまねぎ、にんじん、ピーマンを使いしうが、にんにくで風味を増し、トウバソジヤンで少し辛みをつけた丼です。
5日 (水)	パン	牛乳	ミラノ風カツレツ、ミネストローネ、きゅうりのサラダ	ミラノ・大阪市姉妹都市提携35周年記念事業の第1弾として登場した「ミラノ・大阪市姉妹都市提携記念献立」です。
6日 (木)	ごはん	牛乳	さんまのさんしょう焼き、すまし汁 高野どうふの卵とじ	さんまは秋が旬の代表的な魚です。焼き物機で焼き上げ、さんしょうを加えて作ったそれをかけて仕上げます。
7日 (金)	パン	牛乳	なすのミートグラタン、鶏肉と野菜のスープ、りんご	なすのミートグラタンはケチャップ、トマトピューレ、ウスターソースなどで味つけした子どもたちに人気の献立です。
11日 (火)	パン	牛乳	まぐろのオーロラ煮、スープ、サワーキャベツ	でんぶんをまぶして揚げたまぐろに、ケチャップ、みそ、砂糖でつくったソースをからめたまぐろのオーロラ煮は、人気の献立です。
12日 (水)			給食中止	全市研究発表会
13日 (木)			給食中止	中間テスト
14日 (金)			給食中止	中間テスト
17日 (月)	パン	牛乳	中華煮、大学いも、ミニフィッシュ	旬のさつまいもを油で揚げて、みつをからめた大学いもは、子どもたちに好評です。
18日 (火)	ごはん	牛乳	ポークカレーライス《米粉》、野菜サラダ、さくらんぼ(缶)	米粉で作ったカレールウを使用したポークカレーライスには、旬の時期に缶詰にしたさくらんぼ(缶)を組み合わせています。
19日 (水)	ごはん	牛乳	鶏肉のたつたあげ、おかかひじき、あつあげと野菜の煮もの	鶏肉のように赤く仕上げた料理を「たつた」といい、鶏肉にこいのうゆで下味をつけてほんのり赤く仕上げたつた揚げは子どもたちに好評の一品です。
20日 (木)	パン	牛乳	コーンクリームシチュー《米粉》、キャベツと三度豆のサラダ、柿(平種無柿)	今月のコーンクリームシチューは、上新粉でとろみをつけることで小麦アレルギーのある子どもも食べられるようにしています。
21日 (金)	ごはん	牛乳	なまりぶしのしょうが煮、みそ汁、ほうれん草のごまあえ	なまりぶしは、かつおの身を煮て冷ましたものです。鉄分やビタミンB1、B2を豊富に含んでいます。
24日 (月)	ごはん	牛乳	みそかつ、鶏肉と野菜の煮もの、焼きのり	名古屋の郷土料理といわれているみそかつです。八丁みそと赤みそを混ぜて食べやすいみそだれをかけています。
25日 (火)	ごはん	牛乳	ハヤシライス、はくさいのピクルス、みかん	子どもたちに人気のハヤシライスには、はくさいのピクルスを組み合わせています。
26日 (水)	パン	牛乳	鶏肉のガーリック風味焼き、スープ煮、きゅうりとコーンのサラダ、ヨーグルト	ノンエッグドレッシングを使った鶏肉のガーリック風味焼きには、さっぱりしたきゅうりとコーンのサラダを組み合わせています。
27日 (木)			給食中止	文化祭前日準備のため お弁当の日
28日 (金)			給食中止	文化祭 お弁当の日
31日 (月)	ごはん	牛乳	豚肉のねぎだれかけ、ツナ大豆そぼろ 鶏肉とれんこんの煮もの	ツナとひきわり大豆、にんじん、しょうがを使用したツナ大豆そぼろは、ご飯によくあう一品です。