



10月 中学校給食

日	曜日	パンまたはごはん	パンてんかぶつ	アレルギー個別対応	牛乳	おかず
1	木	ごはん				かつおのマリネ焼き[ノンエッグドレッシング] ワインナーと野菜のスープ もやしとピーマンのソテー
2	金	パン				鶏肉のガーリック焼き 豚肉と野菜のスープ煮 りんご
5	月	ごはん				豚肉のねぎじょうゆ焼き ふきよせ煮 ツナ大豆そぼろ
6	火	ごはん				タコライス もずくのスープ じゃがいもときゅうりのサラダ[ノンエッグドレッシング]
7	水	パン				はくさいのクリーム煮 あつあげのピリ辛じょうゆかけ 豚肉とれんこんのオイスターソースいため
8	木	ごはん(減量)				牛肉のきんぴらちらし みそ汁 キャベツの赤じそあえ
9	金	パン	ソフトマーガリン			まぐろのオーロラ煮 ベーコンとじゃがいものスープ きゅうりとコーンのゆずドレッシング
12	月	ごはん				鶏肉のたつたあげ あつあげと野菜の煮もの おかかなっ葉
13	火	ごはん				ポークカレーライス[米粉] はくさいのピクルス みかん
14	水	パン				豚肉と野菜のケチャップソテー スープ スイートポテト
15	木	ごはん				さんまのみぞれかけ みそ汁 牛ひじきそぼろ
16	金	パン				タンタンめん キャベツの甘酢づけ さくらんぼ(缶)
19	月	ごはん				みそカツ じゃがいもと野菜の煮もの 焼きのり
20	火	ごはん				ピリ辛丼 中華スープ ソフト黒豆
21	水	パン	いちごジャム			コーンクリームシチュー[米粉] キャベツとさんどまめのサラダ パインアップル(カット缶)
22	木	ごはん				和風ハンバーグ みそ汁 かぼちゃのいとこ煮
23	金	パン				牛肉のカレー風味焼き ほたて貝とトマトのスープスパゲッティ きゅうりのサラダ
26	月	ごはん				鶏肉のゆず塩焼き ソーキ汁 もやしとさんどまめの甘酢あえ まつ茶大豆
27	火	ごはん				ハヤシライス[米粉] キャベツのひじきドレッシング 黄桃(缶)
28	水	パン				なすのミートグラタン 鶏肉と野菜のスープ みかん
29	木	ごはん				お好み焼き 豚汁 きゅうりの梅風味
30	金	パン	アプリコットジャム			豚肉といかの中華煮 大学いも ミニフィッシュ

* 予定ですのでかわることがあります。