



# 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] ウ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 まっ茶大豆
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。