



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 | 金 | 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 さくらんぼ(缶) |
| 4 | 月 | パン | | | | 豚肉といかの中華煮 大学いも ミニフィッシュ |
| 5 | 火 | ごはん | | | | タコライス もずくのスープ 焼きじゃが まっ茶大豆 |
| 6 | 水 | パン | アブリコットジャム | | | コーンクリームシチュー〔米粉〕 はくさいのピクルス りんご |
| 7 | 木 | ごはん | | | | 鶏肉のたつたあげ 一口がんもと野菜の煮もの おかかなっ葉 |
| 8 | 金 | ごはん | | | | ピリ辛丼 中華スープ ソフト黒豆 発酵乳 |
| 11 | 月 | パン | | | | はくさいのクリーム煮 あつあげのごまじょうゆかけ 豚肉とさんどまめのオイスターソースいため |
| 12 | 火 | ごはん(減量) | | | | もずくと豚ひき肉のジューシー さつまいものみそ汁 焼きれんこん |
| 13 | 水 | パン | | | | かつおのマリネ焼き〔ノンエッグドレッシング〕 鶏肉とじゃがいものスープ きゅうりのサラダ |
| 14 | 木 | ごはん | | | | 和風ハンバーグ とうふのみそ汁 かぼちゃのいとし煮 |
| 15 | 金 | ごはん | | | | ポークカレーライス〔米粉〕 キャベツのピクルス みかん |
| 18 | 月 | パン | ソフトマーガリン | | | 豚肉と野菜のケチャップソテー スープ スイートポテト |
| 19 | 火 | ごはん | | | | さんまのみぞれかけ みそ汁 牛ひじきそばろ |
| 20 | 水 | パン | | | | なすのミートグラタン 鶏肉と野菜のスープ 黄桃(缶) |
| 21 | 木 | ごはん | | | | まぐろのオーロラ煮 すまし汁 もやしとピーマンのいためもの |
| 22 | 金 | ごはん | | | | 鶏肉のゆず塩焼き ソーキ汁 ほうれんそうのおひたし 焼きのり |
| 25 | 月 | パン | | | | 牛肉のカレー風味焼き ほたて貝とトマトのスーパゲッティ きゅうりとコーンのサラダ〔ノンエッグドレッシング〕 |
| 26 | 火 | ごはん | | | | みそカツ じゃがいもと野菜の煮もの 焼きのり |
| 27 | 水 | パン | | | | 鶏肉の香草焼き ウインナーとてぼ豆のスープ キャベツのガーリックソテー ヨーグルト |
| 28 | 木 | ごはん | | | | 豚肉のねぎじょうゆ焼き ふきよせ煮 ツナ大豆そばろ |
| 29 | 金 | パン | いちごジャム | | | タンタンめん きゅうりの甘酢づけ みかん |

※予定ですので変わることがあります。