

10月のこんだて



2023. 10
朝来小学校



ぎゅうにゅう まいにち
※牛乳は毎日つきます。



月	火	水	木	金
べいはん 米飯	かこう 加工パン	かこう はん 加工ご飯	きかく 規格パン	むぎ はん 麦ご飯
2日	3日	4日	5日	6日
ふりかえきゅうぎょうび 振替休業日	こくとう 黒糖パン かぼちゃとコーン のグラタン ABCスープ 	ドライカレー フルーツ  ヨーグルト レタスとトマト のスープ	きかく 規格パン しろみさかな 白身魚の こうそう 香草パン粉焼き はくさい 白菜の クリームスープ	むぎ 麦ごはん とりにく 鶏肉のつくね み 実だくさんの みそ汁 
9日	10日	11日	12日	13日
スポーツの日	あじつ 味付けパン  まんがんじ 万願寺のミート スパゲティ コーンサラダ	こまつな 小松菜とじゃこ のチャーハン ゆで枝豆  はるさめ 春雨スープ	あ ココア揚げパン きりほしだいこん 切干大根のナムル たまごスープ	カレーライス パインサラダ ふくじんづけ 福神漬 
16日	17日	18日	19日	20日 
ごはん  とりにく 鶏肉の おろしソースかけ じゃがいもの みそ汁 	こくさん こむぎ 国産小麦パン チリコンカン かぼちゃの ポタージュ 	こぎつねごはん ちくわの いそべ揚げ すまし汁 	こがた 小型パン りんごジャム きつねうどん ごま和え 	むぎ 麦ごはん アジとじゃがいも の天ぷら きゅうり漬 カレー汁 
23日	24日	25日	26日 	27日 
ごはん ふりかけ にく 肉じゃが こまつな 小松菜のごま和え	ミルクパン  とうにゅう 豆乳シチュー コールスロー サラダ	とり 鶏めし だいず にぼ 大豆と煮干しと かぼちゃの揚げ煮 たまねぎのみそ汁 	きかく 規格パン サゴシのフライ やさい 野菜スープ	まんがんじ ひじきと万願寺 あま 甘とうのピリ辛丼 さつま汁  《5年社会見学》
30日	31日	マラソン大会の日セレクトデザート ★いちごスティックケーキ ★チョコクレープ ★ぶどうゼリー   		
わかめごはん おでん  あます あ 甘酢和え	こくとう 黒糖パン ハンバーグ ミネストローネ	   		
今月の給食目標 「食後の過ごし方を考えよう！」 ・食事が終わったら、片づけをし、歯磨きをしましょう。 ・給食の時間が終わるまでは、席について待ちましょう。				
		   		

