

令和4年度 10月 はいぜんたべかたひょう

A北部(幼)

羽島市学校給食センター

<p>3日(月)</p> <p>キャベツのソテー ジャム ペイクド ポテト</p>  <p>しょくパン やさいスープ</p>	<p>4日(火)</p> <p>ほうれんそうの ごまあえ こえびの からあげ</p>  <p>しろごはん じんだみそしる</p>	<p>5日(水)</p> <p>◆やさいゼリー ドレッシング おんやさい ポテトロッケ</p>  <p>ひじきごはん ポテトロッケ</p>	<p>6日(木)</p> <p>さといものにつけ しおさば</p>  <p>せきはん あきやさいのすましじる</p>	<p>7日(金)</p> <p>あんにと豆腐 ★シューマイ</p>  <p>いっしょくようラーメン しょうゆラーメンスープ</p>
<p>野菜と芋を組み合わせた洋風の献立です。7種類の野菜と2種類のきのこを使いました。しっかり食べて、ビタミンと食物せんいをとりましょう。</p>				
<p>10日(月)</p> <p>スポーツの日</p> 	<p>11日(火)</p> <p>キッズウィーク</p> 	<p>12日(水)</p> <p>キッズウィーク</p> 	<p>13日(木)</p> <p>きりぼしだいこん のたまごじ いわしのおろしに</p>  <p>むぎごはん さつまいものみそしる</p>	<p>14日(金)</p> <p>にまめ かつおの たつたあげ</p>  <p>いっしょくよううどん ごもくうどんのしる</p>
<p>切干大根は、細く切った大根を干した保存食です。乾燥させることで甘みが増し、旨味が凝縮します。また、生の大根の2倍のカルシウムを含んでいます。</p>				
<p>17日(月)</p> <p>カポナータ ★ミートボール</p>  <p>くろパン ポテトスープ</p>	<p>18日(火)</p> <p>ドレッシング いろどりサラダ どりにくとレバ のあんからめ</p>  <p>しろごはん なめこのみそしる</p>	<p>19日(水)</p> <p>◆ヨーグルト こまつなの にびたし あつやきたまご</p>  <p>かきまわし</p>	<p>20日(木)</p> <p>やさいだれ ジャンジャンあげ</p>  <p>むぎごはん どさんこじる</p>	<p>21日(金)</p> <p>やさいのソテー きんとんパイ</p>  <p>ソフトめん トマトソース</p>
<p>文字活字の日と全国読書週間になりました。イタリア料理のカポナータを取り入れました。世界の料理に関する本で、外国の料理を調べましょう。</p>				
<p>24日(月)</p> <p>ドレッシング まめサラダ メンチカツ</p>  <p>コッパン かぼちゃのポタージュ</p>	<p>25日(火)</p> <p>きんぴら さんまの たつたあげ</p>  <p>しろごはん あさりのみそしる</p>	<p>26日(水)</p> <p>フルーツあえ れんごんのマリネ</p>  <p>むぎごはん ポークカレー</p>	<p>27日(木)</p> <p>◆りんご チャーホーツアイ いかの チリソースかけ</p>  <p>むぎごはん ちゅうかスープ</p>	<p>28日(金)</p> <p>★がんとどきの ふくめに</p>  <p>こんにゃく のおかに いっしょくよううどん きのこうどんのしる</p>
<p>かぼちゃは、夏の終わりから秋にかけて収穫されます。カンボジアから日本にも持ち込まれたことから、かぼちゃと呼ばれるようになりました。</p>				
<p>31日(月)</p> <p>カラフルソテー オムレツ</p>  <p>しょくパン あきやさいシチュー</p>	<p>◆ゴミは業者が回収します。 ★数ものについて 7日(金) シューマイ 幼・小1個、中・高2個 17日(月) ミートボール 幼1個、小2個、中・高 3個 28日(金) がんとどきの含め煮 幼・小 1個、中・高 2個</p>			
<p>秋野菜シチューには、秋が旬の野菜やさつまいも、きのこを使用します。さつまいもはコロンブスが南アメリカで発見し、世界中に広まった食べ物です。</p>				

