



10月 予定献立表



東温市学校給食センター

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>～食欲の秋です。日頃の食生活を見直そう！～</p> <p> チョウ（朝）食抜きで、野サイ（菜）、不足登校していない？ 甘いものやあぶらものトリ（摂り）すぎていない？ コイ（濃い）味つけのものばかり食べていない？ オー（大）食いや朝食をしていない？ 「モーつかれた～」っていつもごろごろしていない？ </p>				
<p>4日</p> <p>すのもの さけだんご ごこごはん にくじゃが</p> <p>東谷小学校 竹内遥真さん・悠真さんのメニュー</p>	<p>5日</p> <p>おひたし たいのプチぱりソース しろごはん すましじる</p>	<p>6日</p> <p>ももジャム なし かみかみサラダ コッペパン ようふうにこみ</p>	<p>7日</p> <p>てまきのり もやしのごまあえ とりてん ちらしずし とうふとえのきのすましじる</p> <p>愛媛FCとのコラボメニュー</p>	<p>1日</p> <p>わふうドレッシングサラダ もちむぎいりグラタン コッペパン ミネストローネ</p> <p>北吉井小学校 河野花蓮さんのメニュー</p>
<p>11日</p> <p>しそひじき すだちふうみづけ とうふのかわりあげ しろごはん さわにわん</p>	<p>12日</p> <p>ごまあえ とりにくのてりやき もちむぎごはん とうおんじる</p>	<p>13日</p> <p>あおじそドレッシングサラダ えびてん こめこパン ソーススパゲティ</p>	<p>14日</p> <p>(中)チーズ フレンチサラダ さけのみかんソースやき きのこピラフ クリームスープ</p>	<p>15日</p> <p>ゆでやさい （袋）ケチャップ ポロニアカツ まるパン りんご もちむぎスープ</p>
<p>18日</p> <p>ごまずあえ かきあげ しろごはん にくとやさいのいためもの</p>	<p>19日</p> <p>さんしょくあえ こもちいしもちのなんばんづけ しろごはん おでん</p>	<p>20日</p> <p>フレンチサラダ トマトふうみ たいのタルタルソースやき かぼちゃとコーンのであいパン ひよこまめのスープ</p>	<p>21日</p> <p>だいずかりんとう かいそうサラダ しろごはん ハヤシライス</p>	<p>22日</p> <p>みきゃんゼリー コーンサラダ くろまいりハンバーグ コッペパン ワンタンスープ</p>
<p>25日</p> <p>こまつなのナッツあえ ぶたにくのかきふうみやき しろごはん さつまじる</p>	<p>26日</p> <p>とうにゆうプリン ニラともやしのごまずあえ ごんだらに ひるぜんおこわ とうふじる</p> <p>岡山県の味めぐり</p>	<p>27日</p> <p>ミニトマト ごまあえ おさつスティック しろごはん あぶたまどんぶり</p>	<p>28日</p> <p>キャベツのおかかあえ さけのてりやき くりごはん こんさいみそしる</p>	<p>29日</p> <p>ひじきサラダ かぼちゃのグラタン こくとうパン やさいとベーコンのスープ</p> <p>ハロウィンの行事食</p>