

10月 給食カレンダー

2025年度

今月の給食目標

除去食提供のある日は、カレンダーに **卵** **乳** **小麦** **えび** のマークがついています。

白玉もち、うずら卵はのどにつめないよう気をつけましょう

毎月19日は食育の日

旬の食材を知ろう

1日(木)		2日(木)		3日(金) レシピ賞	
キャベツとコーンのサラダ 鶏肉のみかんジュース煮 クロワッサン ポトフ		チンジャオロースー 揚げ春巻き ごはん 春雨スープ		豚肉と野菜のしょうが炒め さばのみそ煮 ごはん じゃがたま汁 乳	
6日(月) 月見献立		7日(火)		8日(水)	
芋と団子の煮物 鶏肉と白ねぎの焼きとり風 月見ゼリー ごはん なめこのみそ汁		パンパンジー風サラダ 揚げそば きびなごのポテト衣フライ わかめごはん(少なめ) 魚うどんのあん		キャベツとコーンのソテー ブレンオムレツ コッペパン ピーズシチュー	
9日(木)		10日(金) 目の愛護デー		13日(月)	
こんにゃく寒天のサラダ 豚肉とさつまいの炒め煮 ごはん 豆腐と油揚げのみそ汁		ハムときのこの温マリネ カレーコロッケ キャロットピラ パンアキンスープ		スポーツの日	
14日(火)		15日(水)		16日(木)	
茎わかめの炒め物 竹輪の磯辺揚げ ごはん ちゃんこ鍋		フルーツミックスゼリー ハムとキャベツのソテー コッペパン きのこシチュー 乳		チヂミ テジブルコギ ごはん タッコムダン	
17日(金)		20日(月)		21日(火)	
鶏肉とわかめの酢の物 たちうおの竜田揚げ さつまいもごはん 白玉みそ汁		焼きギョウザ(2個) 秋野菜と 鶏肉の黒酢炒め ごはん 白菜スープ		大学芋 きゅうりの塩昆布和え ごはん 八宝菜 卵	
22日(水)		23日(木)		24日(金)	
ツナとキャベツのソテー 焼きソーセージ コッペパン コーンスープ		豚肉と野菜のみそ炒め さばの塩焼き ごはん けんちん汁		コールスローサラダ 飲むヨーグルト ささみフライ ごはん ポークカレーライス	
27日(月)		28日(火)		29日(水)	
れんこんのきんぴら いわしのかば焼き風 ごはん さつまいも汁		炒めピーマン パオズ(2個) ごはん 中華スープ		ポテトサラダ ハンバーグ きのこコンソメかけ コッペパン コンソメスープ	
30日(木)		31日(金)			
五目豆 さけのレモンしょうゆかけ ごはん 沢煮鯛		白菜とチンゲンサイの和え物 のりの佃煮 木の葉型さつまあげ(2枚) ほうとう 小麦			