

令和4年

学校給食献立写真



写真は、小学校3・4年生の分量です。

			
10月3日（月） ごはん 牛乳 さわらのすだち風味 そえ野菜 根っこ野菜のみそしる	10月4日（火） 減量菜めし 牛乳 しっぽくうどん 和風サラダ 和風ドレッシング ごましょうゆ	10月5日（水） ごはん 牛乳 厚揚げの中華煮 中華サラダ 中華ごまドレッシング	10月6日（木） ごはん 牛乳 とり肉とこんにゃくのみそ煮 ゆずの香りごまあえ パワフルチーズ
			
10月7日（金） 小型ロールパン 牛乳 豆腐のスープ チキンマカロニグラタン バナナババロア	10月11日（火） 親子丼 牛乳 油あげのごま酢あえ ブルーベリータルト	10月12日（水） 秋の香りごはん 牛乳 さばのみそ煮 すましじる	10月13日（木） ハヤシライス 牛乳 福神漬け ブロッコリーと卵のサラダ 香りごまドレッシング
			
10月14日（金） ごはん 牛乳 ゆずみそおでん おひたし	10月17日（月） ごはん 牛乳 焼きさわらのごまみそかけ 大根とわかめのすましじる しそひじき チーズタルト	10月18日（火） チキンライス 牛乳 野菜スープ オムレツ トマトケチャップ	10月19日（水） ごはん 牛乳 大豆入りきんぴらごぼう ちくわの2色あげ ゆで野菜 ウスターソース



<p>10月20日 (木) 減量なるとわかめごはん 牛乳 みそ野菜ラーメン ブロッコリーのサラダ ハーフマヨネーズ</p>	<p>10月21日 (金) ミニキャロットパン 牛乳 ポークビーンズ 小松菜とひじきのサラダ 香りごまドレッシング 小魚フィッシュ</p>	<p>10月24日 (月) ごはん 牛乳 豚肉のうま煮 すだち酢あえ 紫いもチップス</p>	<p>10月25日 (火) キムチどんぶり 牛乳 焼きぎょうざ ブロッコリー ハーフマヨネーズ</p>
--	--	---	--



<p>10月26日 (水) カレーライス 牛乳 キャベツとこまつなサラダ 香りごまドレッシング 福神漬け</p>	<p>10月27日 (木) ごはん 牛乳 八宝菜 大学いも こんぶつくだに</p>	<p>10月28日 (金) 黒糖コッペパン 牛乳 パンプキンポタージュ はんぺんのピザソース いちごのムース</p>	<p>10月31日 (月) ごはん 牛乳 すきやき ごま酢あえ 味付けのり</p>
---	--	---	--



**今月の地場産物
(佐那河内産)**



今月は、4日「和風サラダ・しっぽくうどん」ラッキー大根・5日「とり肉とこんにゃくのみそ煮」にラッキーこんにゃく・19日「大豆入りきんぴらごぼう・ゆで野菜」にラッキーキャロットとラッキーかまぼこで♡小さなハートや星型、猫型、イヌ型など様々な当たった人はすごい幸運の持ち主ですね。来月もどうぞお楽しみに～。

そして、10月11日～21日まで2週間は、佐那河内小中学校の**目の愛護週間**で、目について色々なイベントがありましたね。給食では、目に良い食べ物がたっぷり入っていましたね。「めだまボックス」から登場する目に良い食べ物で、色々な食べ物を食べることが目に良いと分かりましたね。これからも目に良い食べ物がどんどん給食に入るので、しっかり食べて、目をはじめ、体全体を大切にしましょう。

