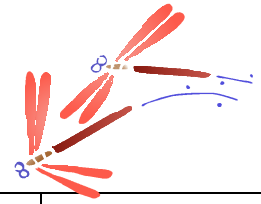


きゅうしょくだより

令和3年9月30日

旭川市立近文第一小学校



今月の目標 【食文化について知ろう】

月	火	水	木	金
<h2>10月予定献立表</h2> <p>*牛乳は、毎日つきます。</p>				1
				ごはん せんべい汁 れんこんのきんぴら
4	5	6	7	8
ごはん そぼろ煮 厚焼きたまご 味付けのり	ごはん 塩ラーメン イカナゲット バナナ	ごはん 板麩入りすきやき 海藻サラダ りんご	こめこ 米粉コッペパン クラムチャウダー ソーセージステーキ 温野菜	ごはん コタンなべ きりぼしだいこん 切干大根の炒め煮 まつちやだいず 抹茶大豆
11	12	13	14	15
むぎ 麦ごはん ポークカレー 福神漬 二色フルーツ	べんとろひ お弁当の日 	ごはん 炒り豆腐 小松菜のごまあえ	しょく 食パン アルファベットスープ ハンバーグ 枝豆 スライスチーズ	ごはん 豆乳とん汁 白身魚の サクサクフライ りんご(神居古潭)
18	19	20	21	22
ごはん 八宝菜 豚肉シューマイ 野菜ふりかけ	ごはん 沖縄ソーキそば にんじんしりしり シークワーサーゼリー	ごはん 豆腐のカレー煮 もやしのおひたし しぐれ昆布	あ 揚げパン ミネステローネ たまごロール キウイフルーツ	ごはん 豚肉と芋の生姜煮 さばの塩焼き みかん
25	26	27	28	29
むぎ 麦ごはん シーフードカレー 福神漬 フルーツカクテル	こめこ 米粉コッペパン 白菜スープ かぼちゃコロッケ ブロッコリー パックソース	ごはん(ゆめぴりか) ちぎり団子汁 いわしごまみそ煮 オレンジ	こめこ 米粉ツイストパン クリームスープ ベーコンポテト ミニトマト	ごはん 黒マーボー豆腐 塩昆布あえ なし梨