



10月予定献立表

月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
ごはん	米粉小 Coppapan	ごはん	米粉 Coppapan	ごはん
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
そば煮	焼きそば	豆腐と豚肉のみそ炒め	ほうれん草の米粉クリームスープ	開花煮
ほうれん草のごまよごし	イカナゲット	さばの塩焼き	ハンバーグカクテルソース	いわしごまみそ煮
干シプルーン(1個)	枝豆(冷)	りんご	チョコペースト	
10	11	12	13	14
スポーツの日	臨時休業	ごはん	米粉ツイストパン	ごはん
		牛乳	牛乳	牛乳
		豆乳とん汁	コーンシチュー	豚肉と芋の生姜煮
		れんこんのきんぴら	白身魚サクサクフライ	もやしのおひたし
		梨	ブロッコリー・レタス あえ	旭川産りんご(つがる)
17	18	19	20	21
麦飯	ごはん	ごはん	お弁当の日	ごはん
牛乳	牛乳	牛乳	お弁当の準備をお願いします。	牛乳
ホワイトカレー	塩ラーメン	ルーローハンの具		炒り豆腐
福神漬	豚肉シュウマイ	ルオポータン(大根スープ)		小松菜のごま和え
二色フルーツ	バナナ(1/2本)	小籠包		しぐれ昆布
		ライチゼリー		
24	25	26	27	28
振替休業日	ごはん	ごはん	揚げパン	麦入わかめご飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	豆腐のカレー煮	せんべい汁	チャウダー	コタン鍋
	キャベツのナムル	切りほしだいこん いた に 切干大根の炒め煮	ソフトサラミ	貝だくさんの厚焼卵
			冬みかん	バナナ(1/2本)
31	旭川のりんごについて			
麦飯	<p>10月14日(金)に提供されるりんごは、旭川市の神居古潭で栽培されているりんごです。</p> <p>旭川市は、昼の間は暖かく、夜は寒くなるため養分がたくさん蓄えられてとても甘いりんごができるそうです。</p> <p>給食で提供されるりんごは「つがる」という品種で、シャキッとした歯ごたえとまろやかな甘味、ほどよい酸味が特徴的なりんごです。農家さんは日照りや大雨など毎日変わる自然を相手にしながら、りんごを育ててくれています。旭川のおいしいりんごを感謝していただきましょう。</p>			
牛乳				
シーフードカレー				
福神漬				
フルーツカクテル				

