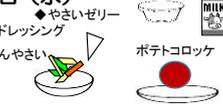
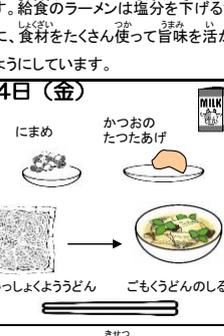
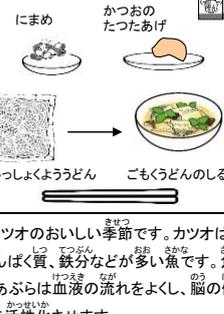
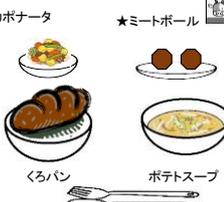


# 令和4年度 10月 はいぜんたべかたひょう

# A北部(幼)

羽島市学校給食センター

<p><b>3日(月)</b></p> <p>キャベツのソテー ジャム ペイコド ポテト</p>  <p>しょくパン やさいスープ</p>	<p><b>4日(火)</b></p> <p>ほうれんそうの ごまあえ こえびの からあげ</p>  <p>しろごはん じんだみそしる</p>	<p><b>5日(水)</b></p> <p>◆やさいゼリー ドレッシング おんやさい ポテトロッケ</p>  <p>ひじきごはん ポテトロッケ</p>	<p><b>6日(木)</b></p> <p>さといものにつけ しおさば</p>  <p>せきはん あきやさいのすまじる</p>	<p><b>7日(金)</b></p> <p>あんにと豆腐 ★シューマイ</p>  <p>いっしょくようラーメン しょうゆラーメンスープ</p>
<p>野菜と芋を組み合わせた洋風の献立です。7種類の野菜と2種類のきのこを使いました。しっかり食べて、ビタミンと食物せんいをとりましょう。</p>				
<p><b>10日(月)</b></p> <p>スポーツの日</p> 	<p><b>11日(火)</b></p> <p>キッズウィーク</p> 	<p><b>12日(水)</b></p> <p>キッズウィーク</p> 	<p><b>13日(木)</b></p> <p>きりぼしだいこん のたまごじ いわしのおろしに のたまごじ</p>  <p>むぎごはん さつまいものみそしる</p>	<p><b>14日(金)</b></p> <p>にまめ かつおの たつたあげ</p>  <p>いっしょくよううどん ごもくうどんのしる</p>
<p>切干大根は、細く切った大根を干した保存食です。乾燥させることで甘みが増し、旨味が凝縮します。また、生の大根の2倍のカルシウムを含んでいます。</p>				
<p><b>17日(月)</b></p> <p>カポナータ ★ミートボール</p>  <p>くろパン ポテトスープ</p>	<p><b>18日(火)</b></p> <p>ドレッシング いろどりサラダ どりにくとレバー のあんからめ</p>  <p>しろごはん なめこのみそしる</p>	<p><b>19日(水)</b></p> <p>◆ヨーグルト こまつなの にびたし あつやきたまご</p>  <p>かきまわし あつやきたまご</p>	<p><b>20日(木)</b></p> <p>やさいだれ ジャンジャンあげ</p>  <p>むぎごはん どさんこじる</p>	<p><b>21日(金)</b></p> <p>やさいのソテー きんとんパイ</p>  <p>ソフトめん トマトソース</p>
<p>「魔女の宅急便」にちなんで、パイを出します。給食は、さつま芋のパイです。さて、魔女の宅急便ではどんなパイが出てくるのでしょうか。</p>				
<p><b>24日(月)</b></p> <p>ドレッシング まめサラダ メンチカツ</p>  <p>コッパン かぼちゃのポタージュ</p>	<p><b>25日(火)</b></p> <p>きんぴら さんまの たつたあげ</p>  <p>しろごはん あさりのみそしる</p>	<p><b>26日(水)</b></p> <p>フルーツあえ れんごんのマリネ</p>  <p>むぎごはん ポークカレー</p>	<p><b>27日(木)</b></p> <p>◆りんご チャーホーツアイ いかに チリソースかけ</p>  <p>むぎごはん ちゅうかスープ</p>	<p><b>28日(金)</b></p> <p>★がんとどきの ふくめに</p>  <p>こんにゃく のおかに かか</p> <p>いっしょくよううどん きのこうどんのしる</p>
<p>ごはんやお肉、野菜などを使用するカレーライスには、主食と主菜の栄養を摂れる複合料理です。れんごんのマリネとフルーツとあえてビタミンを補いましょう。</p>				
<p><b>31日(月)</b></p> <p>カラフルソテー オムレツ</p>  <p>しょくパン あきやさいシチュー</p>	<p>◆ゴミは業者が回収します。</p> <p>★数ものについて</p> <p>7日(金) シューマイ 幼・小1個、中・高2個</p> <p>17日(月) ミートボール 幼1個、小2個、中・高 3個</p> <p>28日(金) がんとどきの含め煮 幼・小 1個、中・高 2個</p>			
<p>秋野菜シチューには、秋が旬の野菜やさつまいも、きのこを使用します。さつまいもはコロンブスが南アメリカで発見し、世界中に広まった食べ物です。</p>				
