



# 10月もりつけ表



加賀市立金明小学校

<p>毎月19日は</p> <p><b>自を大切に!</b></p>	<p>1日 (火)</p> <p>はべんのてんぷら とうふチャンプルー</p> <p>ごはん みそしる</p>	<p>2日 (水)</p> <p>いわしのうめに きわかめのいためもの</p> <p>ごはん とんじる</p>	<p>3日 (木)</p> <p>かぼちゃひきにくフライ ブロッコリーのサラダ</p> <p>ごはん ふりかけ はくさいのスープ</p>	<p>4日 (金)</p> <p>みかん</p> <p>あつあげの ちゅうかどん</p> <p>ごまずあえ</p>
	<p>7日 (月)</p> <p>きびなごのかりかりあげ きりほしだいこんのサラダ</p> <p>ごはん たきあわせ</p>	<p>8日 (火)</p> <p>カレーライス ふくじんづけ</p> <p>ツナとやさいの サラダ</p>	<p>9日 (水)</p> <p>ユウリンチー ニラいため</p> <p>ごはん ちゅうかふう たまごスープ</p>	<p>10日 (木)</p> <p>★5・6年のみ給食あり (1～4年 校外学習)</p> <p>さばの にしよごはん</p> <p>きのこ けんちんじる</p>
<p>14日 (月)</p> <p><b>スポーツの日</b></p>	<p>15日 (火)</p> <p>さけフライ こまつなのソテー</p> <p>ミルクロール あきあじシチュー</p>	<p>16日 (水)</p> <p>ピラフ とまとスープに</p>	<p>17日 (木)</p> <p>だいずとコーンのサラダ</p> <p>ごはん くるまふのたまごとし</p>	<p>18日 (金)</p> <p>ぶたにくとれんこんの あまずからめ</p> <p>ごはん かいせん ワンタンスープ</p>
<p>21日 (月)</p>	<p>22日 (火)</p> <p>あげぎょうざ のりとだいこんのあえもの</p> <p>白ごはん マーボーどうふ</p>	<p>23日 (水)</p> <p>ヨーグルトあえ</p> <p>カレーそぼろ ごはん</p> <p>ちゅうかスープ</p>	<p>24日 (木)</p> <p>ミートボール ポテトサラダ</p> <p>白ごはん たまごとやさいの スープ</p>	<p>25日 (金)</p> <p>★1～4年のみ給食あり (5・6年 自主プラン)</p> <p>りんご ぶたにくとだいずのべっこうに</p> <p>白ごはん さつまじる</p>
<p>28日 (月)</p> <p>かきあげ ごまあえ</p> <p>白ごはん いなりうどん</p>	<p>29日 (火)</p> <p>やきにくライス かぼちゃと おまめのサラダ</p>	<p>30日 (水)</p> <p>さばのみそに キャベツのおひたし</p> <p>白ごはん のっぺいじる</p>	<p>31日 (木)</p> <p>おじゃがの マヨネーズふうみ</p> <p>かぼちゃプリン わかめごはん ペイザンヌスープ</p>	<p>しゅん<sup>た</sup>の<sup>も</sup>食<sup>べ</sup>物<sup>に</sup>は えい<sup>じ</sup>ょう<sup>な</sup>な<sup>ら</sup>び<sup>い</sup>っぱい! おいしい<sup>や</sup>さい<sup>な</sup>な<sup>ら</sup>び いっ<sup>ぱ</sup>い<sup>た</sup>べ<sup>て</sup>ね!</p>

10月の給食目標

あき み かく あじ  
**秋の味覚を味わおう!**

