

千鳥学校給食センター第一調理場

| 提供日      | 献立                                                                                             |                                                                                      |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 10月1日(水) | <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>やきぼうぎょうざ</p> <p>はるさめサラダ</p> <p>わかめスープ</p> <p>さつまいもとくりのタルト</p>      |    |
| 10月2日(木) | <p>ぶたどん</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>すましじる</p> <p>のりおかかあえ</p> <p>ヨーグルト</p>                             |   |
| 10月3日(金) | <p>スパゲティミートソース</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>じゃがいものホットサラダ</p> <p>とうにゅうプリンタルト</p>                        |  |
| 10月6日(月) | <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>さんまのピリからみそだれかけ</p> <p>やきにくサラダ</p> <p>さといものそぼろじる</p> <p>おつきみゼリー</p> |  |

|           |                                                                               |                                                                                      |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 10月7日（火）  | きなこあげパン<br>ぎゅうにゅう<br>いかいりやさいサラダ<br>にくだんごとはくさいのスープ<br>はちみつレモンゼリー               |     |
| 10月8日（水）  | あきのカレーライス<br>ぎゅうにゅう<br>ごまあえ<br>りんご                                            |    |
| 10月9日（木）  | むぎごはん<br>ぎゅうにゅう<br>ししゃものスパイシーあげ<br>わふうサラダ<br>にくじゃが                            |   |
| 10月10日（金） | ごはん<br>ぎゅうにゅう<br>レバーとポテトのケチャップあえ<br>ほうれんそうとツナのごまサラダ<br>ぐだくさんみそしる<br>ブルーベリーゼリー |  |
| 10月14日（火） | ごはん<br>ぎゅうにゅう<br>にらいりマーボーどうふ<br>さつまいもとまめのカレント<br>わかめとだいこんのちゅうかごまあえ            |  |

|           |                                                                                                        |                                                                                     |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 10月15日（水） | <p>きのこのストロガノフ（ごはん、ルー）</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>カリフラワーとキャベツのサラダ</p> <p>おふのラスク（きなこあじ）</p>                    |    |
| 10月16日（木） | <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>たらのコーンフ레이크フライトマトソースかけ</p> <p>わかめともやしのサラダ</p> <p>きりたんぽじる</p>                |   |
| 10月17日（金） | <p>にこみうどん</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>さばのレモンあげ</p> <p>のりごまナムル</p> <p>マラーカオ（むしケーキ）</p>                         |  |
| 10月20日（月） | <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>さばのしおやき</p> <p>わふうとうふごまサラダ</p> <p>じゃがいものそぼろに</p>                           |                                                                                     |
| 10月21日（火） | <p>☆おはなしきゅうしょく☆</p> <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>めばるのマスタードぱんこやき</p> <p>わなしドレッシングサラダ</p> <p>かぼちゃのスープ</p> |                                                                                     |

|           |                                                                               |  |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------|--|
| 10月22日（水） | ☆おはなしきゅうしょく☆<br>ごはん<br>ぎゅうにゅう<br>とりにくのなんばんからあげ<br>はくさいのおかかあえ<br>ごまにらとうにゅうとんじる |  |
| 10月23日（木） | サンマーどん<br>ぎゅうにゅう<br>わかめサラダ<br>はるさめのピリからたまごスープ                                 |  |
| 10月24日（金） | ごはん<br>ぎゅうにゅう<br>あげいわしのかばやき<br>なっとうあえ<br>なまあげとだいこんのもの                         |  |
| 10月27日（月） | にしよくごはん（ごはん、いりたまご、ツナゴマそぼろ）<br>ぎゅうにゅう<br>ごじる                                   |  |
| 10月28日（火） | ☆おはなしきゅうしょく☆<br>チキンカレーライス<br>ぎゅうにゅう<br>グリーンサラダ<br>コロツケ                        |  |

|           |                                                                                                   |  |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 10月29日（水） | ☆おはなしきゅうしょく☆<br>ごはん<br>ぎゅうにゅう<br>ちくわのてんぷら<br>きゅうりのかおりづけ<br>のっぺいじる<br>とうにゅうバナラだいふく                 |  |
| 10月30日（木） | ごはん<br>ぎゅうにゅう<br>いかのアップルマリネ<br>ワントンスープ<br>きゃべつとこまつなのあえもの<br>プリン                                   |  |
| 10月31日（金） | ☆おはなしきゅうしょく☆<br>コッペパン（まるがた）<br>ぎゅうにゅう<br>ハンバーグトマトソースかけ<br>かぶのサラダ<br>シチュー（とうにゅういり）<br>かぼちゃいりカップケーキ |  |