



令和2年10月給食写真

出雲市立出雲学校給食センター

月	火	水	木	金
<p>こんげつ きゅうしよく もくひょう た もの しゅん し 今月の給食目標 食べ物の旬を知ろう</p> <p>しゅん とは、その た もの いちねん いちばん 旬とは、その食べ物が、一年のうちで一番</p> <p>たくさんとれて、いちばんおいしいじまのこトです。</p> <div style="border: 2px solid orange; padding: 10px; text-align: center;"> <p>あき しゅん た もの 秋が旬の食べ物</p> </div>			<p>1 お月見献立</p>	<p>2</p>
			<p>きょう しんまい 今日から新米ごはん</p> <p>ぎゅう にゅう 牛乳</p> <p>さばのしおや さばの塩焼き</p> <p>ごまあえ ごまあえ</p> <p>さといも しる 里芋のみそ汁</p>	<p>セルフバーガー</p> <p>まる 丸パン</p> <p>メンチカツ</p> <p>パプリカのサラダ</p> <p>牛乳</p> <p>ミネストローネ</p>
5	6	7	8	9 目におい献立
<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>とりにく しお や 鶏肉の塩こうじ焼き</p> <p>おひたし</p> <p>じゃがいものみそ汁</p>	<p>ばいたん 白湯ラーメン</p> <p>おむすび(幼なし)</p> <p>牛乳</p> <p>ぶたにく あまず 豚肉の甘酢あんかけ</p> <p>ちゅうか 中華サラダ</p>	<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>かれいのからあげ かれいのからあげ</p> <p>にしはま 西浜いもの</p> <p>ホクホクサラダ</p> <p>あつあ 厚揚げのみそ汁</p>	<p>まめなそぼろごはん</p> <p>牛乳</p> <p>きりほだいこん 切干大根のあえもの</p> <p>とうふのすまし汁</p>	<p>パン</p> <p>ブルーベリージャム</p> <p>牛乳</p> <p>さけの</p> <p>レモンペッパー焼き</p> <p>ブロッコリーのサラダ</p> <p>パンプキンスープ</p>
12	13	14	15	16 荒木小学校希望献立
<p>カレーライス</p> <p>牛乳</p> <p>バークドウィンナー</p> <p>(幼・小2本、中3本)</p> <p>レタスのサラダ</p>	<p>ごもく 五目うどん</p> <p>おむすび(幼なし)</p> <p>牛乳</p> <p>きびなごのからあげ</p> <p>根菜サラダ</p>	<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>いわしのしょうが煮</p> <p>ゆかりあえ</p> <p>おでん</p>	<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>ぶたにく きだ や 豚肉の佐田みそ焼き</p> <p>だいこん 大根のごまマヨあえ</p> <p>はんぺんのすまし汁</p>	<p>こくとう 黒糖パン</p> <p>牛乳</p> <p>チーズ入りささみフライ</p> <p>海そうサラダ</p> <p>エビシー</p> <p>ABCスープ</p> <p>みかんクレープ</p>

月	火	水	木	金
19	20	21	22 <small>みながわらう がっこう きぼう けんりつ</small> 南中学校希望献立	23 <small>いざい しちいち</small> おいしい出雲の一日
				
ごはん 牛乳 さわらの照り焼き なっとう納豆サラダ だいこん大根のみそ汁 	<small>しお</small> 塩ラーメン おむすび <small>(幼なし)</small> 牛乳 はるま春巻き もやしのみもやし	ごはん 牛乳 あじの竜田揚げ かわりあえ けんちん汁	ごはん 牛乳 ハンバーグのたま玉ねぎソースかけ りっちゃんのげんき元気サラダ かきたま汁 りんごゼリー 	パン 牛乳 とりく鶏肉のハーブ焼き みずな水菜のサラダ にしはま西浜いもの クリームシチュー 
26	27	28	29	30
				
ごはん 牛乳 さけのゆうあん焼き いそあえ たじ豚汁 	トマトスープ スパゲッティ ミニりんごパン <small>(幼なし)</small> 牛乳 かぼちゃひき肉フライ グリーンサラダ	ごはん 牛乳 さんまの塩焼き <small>(しおや)</small> おろしあえ なめこ汁	ごはん 牛乳 とりく鶏肉のから揚げ <small>(あ)</small> さんしよく三色あえ はるさめ春雨スープ	パン チョコクリーム 牛乳 ほうれん草グラタン <small>(ほう)</small> カラフルサラダ ミートボールと やさい野菜の煮込み <small>(にこ)</small> 

※都合により献立を変更することがあります。