



10月こんだて写真



令和2年(2020)10月発行
出雲市立斐川学校給食センター

月	火	水	木	金
<p>こんげつ きゅうしよく もくひょう 今月の給食目標</p> <p>しゅん た もの 旬とは、その食べ物が、 いちねん いちばん 一年のうちで一番たくさん とれて、いちばんおいしい時期 の事です。</p> <div data-bbox="363 360 932 775" data-label="Image"> <p>あき しゅん た もの 秋が旬の食べ物</p> </div>			<p>食べ物の旬を知ろう</p>	
			<p>1</p> <p>パン</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ハンバーグ</p> <p>ツナサラダ</p> <p>ミネストローネ</p> 	<p>2</p> <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>さばの塩焼き</p> <p>いそか和え</p> <p>あつあ しろ 厚揚げのみそ汁</p> 
<p>5</p> <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ぶたにく しょうがや 豚肉の生姜焼き</p> <p>あまず 甘酢あえ</p> <p>とうふ しろ 豆腐のみそ汁</p> 	<p>6</p> <p>おむすび(幼なし)</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>きつねうどん</p> <p>ポークコロッケ</p> <p>さんしよく 三色あえ</p> 	<p>7</p> <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>とりのから揚げ</p> <p>アーモンドあえ</p> <p>はんぺんのすまし汁</p> 	<p>8</p> <p>パン</p> <p>チョコスプレッド</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ほうれん草オムレツ</p> <p>だいこん 大根サラダ</p> <p>ミートボールのスープ</p> 	<p>9</p> <p>ごはん </p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>さんまのおろし煮</p> <p>ごぼうサラダ</p> <p>かぼちゃのみそ汁</p> 
<p>12</p> <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ぶたにく こうみ 豚肉の香味あげ</p> <p>ゆかりあえ</p> <p>ふのみそ汁</p> 	<p>13</p> <p>おむすび(幼なし)</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>しょうゆラーメン</p> <p>はるま 春巻き</p> <p>ちゅうかあ 中華和え</p> 	<p>14</p> <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>とうふ 豆腐ハンバーグあんかけ</p> <p>ず あ ごま酢和え</p> <p>すまし汁</p> 	<p>15</p> <p>こくとう 黒糖パン</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>スパイシーチキン</p> <p>はなやさい 花野菜のサラダ</p> <p>やさい 野菜スープ</p> 	<p>16</p> <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>イワシの竜田揚げ</p> <p>キャベツのごま和え</p> <p>あき 秋ナスのみそ汁</p> 

<p>19</p> <p>ごはん ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>メンチカツ</p> <p>かわりあえ</p> <p>なめこ汁</p> 	<p>20</p> <p>ミニコッペパン^{よう} (幼なし)</p> <p>スープスパゲッティ</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ハタハタからあげ</p> <p>かぼちゃと枝豆^{えだまめ} のサラダ</p> 	<p>21</p> <p>わかめごはん</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>さけの^{さいきよ}西京焼き</p> <p>こまつなごま和え</p> <p>かきたま汁</p> 	<p>22  おいしい 出雲の 一日献立</p> <p>パン^{ぎゅうにゅう} 牛乳</p> <p>いちごジャム</p> <p>とりにく^{にく}のいちじくソース</p> <p>パプリカサラダ</p> <p>クリームシチュー</p> 	<p>23</p> <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>あじの^{こうみ}香味フライ</p> <p>ほうれん草^{そう}のおひたし</p> <p>けんちん汁</p> 
<p>26</p> <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ぶたにく^{さだ} 豚肉の佐田みそやき</p> <p>こんぶ 昆布あえ</p> <p>やさい^{だんご} 野菜団子のすまし汁</p> 	<p>27</p> <p>おむすび^{よう} (幼なし)</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>みそラーメン</p> <p>あげぎょうぎ(2こ)</p> <p>ひじきのサラダ</p> 	<p>28 </p> <p>カレーライス^{ぎゅうにゅう} 牛乳</p> <p>〔ごはん チキンカレー〕</p> <p>ハムステーキ</p> <p>ごまじゃこサラダ</p> 	<p>29</p> <p>パン りんごジャム</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>しろみ^{さかな} 白身魚のレモンソースかけ</p> <p>お豆^{まめ}のサラダ</p> <p>お月見^{つきみ}スープ </p> 	<p>30</p> <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>さばの^{しお}塩^やこうじ焼き</p> <p>ふるさとドレッシングあえ</p> <p>豚汁^{ぶた}</p> 



スプーンがつく日です。

※都合により献立を変更することがあります。