

令和4年 10月 献立カレンダー

京丹後市学校給食

月	火	水	木	金
10月3日	10月4日	10月5日	10月6日	10月7日
①ごはん ②すきやき風煮 ③キャベツとわかめの酢の物 ④はちみつレモンゼリー ⑤牛乳	①ごはん ②さつまいものかきあげ ③こんにゃくのつるつる炒め ④豚汁 ⑤牛乳	①ごはん ②フィッシュアンドチップス ③ベーコンとキャベツのソテー ④ひよこ豆のスープ ⑤牛乳【イギリスの料理】	①麦ごはん ②スイートカレー ③福神漬 ④キャベツとササミのサラダ ⑤牛乳	①栗入り赤飯 ②ちくわの磯部揚げ ③ツナの煮びたし ④けんちん汁 ⑤牛乳【祭り献立】
10月10日	10月11日	10月12日	10月13日	10月14日
祝日	①ごはん ②チキンカツみそだれかけ ③ごま和え ④ふのすまし汁 ⑤牛乳	①ごはん ②キスのカレー天ぷら ③きのこのソテー ④白菜の中華スープ ⑤牛乳	①さつまいもごはん ②大豆入りきんぴら ③ゆかり和え ④かきたま汁 ⑤牛乳【さつまいもと豆の日】	①ごはん ②豆腐の中華風煮 ③炒めビーフン ④カフェオレゼリー ⑤牛乳
10月17日	10月18日	10月19日	10月20日	10月21日
①ごはん(特別栽培米) ②ハンバーグきのこソース ③ブロッコリーのサラダ ④マカロニスープ ⑤牛乳	①わかめごはん ②イタリアンスパゲティ ③豚肉と野菜のソテー ④牛乳	①ごはん(特別栽培米) ②キスとごぼうのからあげ ③うのはな炒り煮 ④大根のみそ汁 ⑤牛乳【たんご・食の日】	①ごはん(特別栽培米) ②コチュジャン炒め ③卵入り中華スープ ④塩キャラメルポテト ⑤牛乳	①秋の吹き寄せごはん(特別栽培米) ②ひじきマヨネーズ和え ③のっぺい汁 ④牛乳
10月24日	10月25日	10月26日	10月27日	10月28日
①親子丼 ②即席漬け ③焼きいも ④牛乳	①ごはん ②サバの松前煮 ③ごぼうマヨネーズ和え ④すまし汁 ⑤牛乳	①ごはん ②鶏肉のねぎソース ③水菜と柿のサラダ ④わかめスープ ⑤牛乳【柿の日】	①ごはん ②おからのキッシュ ③切干大根とツナのソテー ④白菜のスープ ⑤牛乳	①麦ごはん ②鶏肉と根菜の甘辛炒め ③豆腐のみそ汁 ④なし ⑤牛乳【歯の日】
10月31日	月 日	月 日	月 日	月 日
①キャロットライスホワイトソースかけ ②大根サラダ ③かぼちゃのカップケーキ ④牛乳【ハロウィン】				