

10月

# もいつけひょう

令和5年10月 朝霞市学校給食センター（小学校）

<p>2 (月)</p> <p>れいとうパン チキンアドボ</p> <p>ごはん ニラガ</p>	<p>3 (火)</p> <p>キャラメルポテト チリコンカン</p> <p>フラワーロール せんぎりやさいの スープ</p>	<p>4 (水)</p> <p>ごぼうのからあげ スタミナやきにく</p> <p>ごはん わかめスープ</p>	<p>5 (木)</p> <p>りんご ポークしゅうまい 2こ</p> <p>ちゅうかめん わふうしょうゆラーメン</p>	<p>6 (金)</p> <p>やさいの ごまいため ほっけのいちやほし</p> <p>ごはん いもにじる</p>
<p>9 (月)</p> <p>スポーツの白</p> <p>六小 キャラメル あげパン</p>	<p>10 (火)</p> <p>ジャーマンポテト とりにくのカレーやき</p> <p>くろパン しろいんげんまめの スープ</p>	<p>11 (水)</p> <p>あつあげとやさいの おかかいため さんまのしおやき</p> <p>ごはん あぶらふいりはっとじる</p>	<p>12 (木)</p> <p>みかん とりにくの ガーリックあげ</p> <p>コッペパンスライス やきそば</p>	<p>13 (金)</p> <p>ごもくきんぴら しろみざかなの レモンふうみあげ</p> <p>ごはん さつまいものみそしる</p>
<p>16 (月)</p> <p>わかめとたまごの いりに とりにくの みそだれがけ</p> <p>ごはん きりたんぼじる</p>	<p>17 (火)</p> <p>ハムとキャベツの ソテー さけのオリーブやき</p> <p>クロワッサン きのこのわふうシチュー</p>	<p>18 (水)</p> <p>ひきないり ぶたにくの ピリからやき</p> <p>ごはん こぶゆ</p>	<p>19 (木)</p> <p>チンゲンサイの ちゅうかいため さつまいもコロッケ</p> <p>じごなうどん じゃじゃめん</p>	<p>20 (金)</p> <p>りんご かえりにほしと だいずのあげに</p> <p>ごはん ほうれんそういり チキンカレー</p>
<p>23 (月)</p> <p>にくじゃが あじの しおこうじやき</p> <p>ごはん とりごぼうじる</p>	<p>24 (火)</p> <p>ツナとキャベツの ソテー ハンバーグの トマトソースがけ</p> <p>こどもパンスライス コーンポタージュ</p>	<p>25 (水)</p> <p>みかん ぶたにくのかくに</p> <p>ごはん はるさめスープ</p>	<p>26 (木) トマトケチャップ</p> <p>フルーツあんじん スクールドック</p> <p>ちゅうかめん とんこつラーメン</p>	<p>27 (金)</p> <p>さといもの そばろに いかのオイスターやき</p> <p>ごはん かきたまじる</p>
<p>30 (月)</p> <p>りんご さばのみそに</p> <p>ごはん せんべいじる</p>	<p>31 (火) のむヨーグルト</p> <p>いちごジャム ちゅうかめん</p> <p>ポークビーンズ とりにくのハーブやき</p> <p>しょくパン こめこまカロニの スープ</p>	<p>10月の目標</p> <p>なご しょくじ 333</p> <p>和やかな食事を心がけよう</p> <p>©むさしのフロントあさか</p>		<p>もりつけ例</p> <p>しゅさい</p> <p>ぶくさい</p> <p>しゅしょく</p> <p>しるもの</p>

☆食缶やおかず入れは、熱いので中身が出ないように気をつけて運びましょう。(やけどに注意)