

# 10月給食献立

月	火	水	木	金
2 ジオエリア遠足予備日 (給食はありません)	3 牛乳 ご飯 鯖のみそ煮 梅おかかあえ 沢煮椀	4 牛乳 ご飯 チーズダッカルビ 茎わかめのサラダ ワンタンスープ	5 牛乳 ご飯 いかのかりん揚げ ラーメンサラダ ごまみそ汁	6 牛乳 ご飯 チャーシヤン豆腐 コーンバターポテト かきたまもずくスープ
9 スポーツの日	10 牛乳 ご飯 瞳いきいきスタミナレバー かぶのレモンあえ カロテンみそ汁	11 能生小リクエスト献立♪ 牛乳 きなこ揚げパン カラフルチーズオムレツ まこちゃんうどんサラダ ABCマカロニスープ	12 牛乳 ご飯 白身魚のもみじ焼き 五目きんぴら じゃがいもとわかめのみそ汁 アーモンドフィッシュ	13 牛乳 麦ご飯 オータムカレー ひじきビーンズサラダ ヨーグルト
16 牛乳 中華めん 生姜しょうゆラーメンスープ コーンシュウマイ 本当にもやしだけのナムル	17 <sup>きゅうしょく</sup> ジオ給食  牛乳 ご飯 かぼちゃのひき肉フライ きのことさつまいものサラダ メギスのすりみ汁	18 牛乳 ご飯 厚揚げのみそチーズ焼き 切干大根の焼きそば風炒め 塩麴の和風コーンスープ	19 牛乳 ご飯 ししゃもの磯辺揚げ アーモンドあえ さつま汁	20 牛乳 ご飯 豚肉のしょうが炒め マセドアンサラダ まめまめ汁
23 振替休業日	24 牛乳 ご飯 焼き栗コロッケ 青大豆のアーモンドおひたし 十三夜のお月見汁	25 牛乳 米粉コッペパン 白身魚のチーズパン粉焼き 花野菜サラダ さつまいものポタージュ	26 牛乳 ご飯 鯖のピリ辛焼き 野菜炒め じゃがいものみそ汁	27 牛乳 セルフ鶏そぼろ丼(ご飯) (鶏そぼろの具) ごまマヨあえ 豆乳のみそ汁
30 ハロウィン <sup>こんだて</sup> 献立♪ 牛乳 ソフトめん  ミートソース ハロウィンフルーツポンチ	31 牛乳 ご飯 ちくわのお好み焼き 納豆あえ 高野豆腐のたまごスープ	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p>★リクエスト献立の お知らせ★</p> <p>11日(水) 能生小学校</p> <p>どうぞお楽しみに!!</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; width: fit-content; margin: 0 auto; text-align: center;"> <p>☆今月のジオ食材☆</p> <p>米、梅干し、じゃがいも、トマト 越の丸なす、ピーマン、しいたけ メギス、かぼちゃ、にんにく、 まこちゃんうどん</p> </div>		