令和8年度

今日の給食10月

10月1日



①わかめじゃこごはん
②牛乳
③鮭のつみれ汁
④かみかみいりこナッツ
【地産地消】

10月2日



①少なめ麦ごはん
②牛乳
③かぼちゃのそぼろ煮
④黒糖ふくれ菓子
【地産地消】

10月5日



①ごはん
②牛乳
③高野豆腐の卵とじ
④かつおみそ
【地産地消】

10月9日



①ポークカレーライス
②牛乳
③杏仁ポンチ
【地産地消】

10月13日



①ごはん
②牛乳
③豚汁
④和風ハンバーグ
【地産地消】

10月14日



①ミルクパン
②牛乳
③ソース焼きそば
④ひじきサラダ
⑤黒豆きなこクリーム
【地産地消】

10月15日



①麦ごはん
②牛乳
③あさりの中華スープ
④プルコギ
⑤豆乳パンナコッタ
【地産地消】

10月19日



①ごはん
②牛乳
③秋の味覚汁
④魚のおろしあんかけ
⑤ひじきのり
【地産地消】

10月20日



①ごはん
②牛乳
③みそけんちん汁
④炒り豆腐のカレー風味
【地産地消】

令和8年度

今日の給食10月

10月22日



①麦ごはん
②大豆の磯煮
③ツナのカップ焼き

10月23日



①キムタクチャーハン
②チンゲン菜と豆腐のスープ
③わかめサラダ
④アップル＆キャロットジュース
【地産地消】

10月26日



①ごはん
②割干大根のうま煮
③いわしの甘露煮



10月28日



①さつまいもカレー
②こんにゃくサラダ
③みかん果汁
【地産地消】

10月29日



①少なめごはん
②牛乳
③太平燕
④桜島鶏の黒酢あん
【地産地消】

10月30日



①少なめゆかり麦ごはん
②牛乳
③豚すきうどん
④クーブイリチー
⑤ベビーチーズ
【地産地消】

☆１０月給食新メニュー☆

10月6日



①チキンオーバーライス
（ターメリックライス）
②牛乳
③野菜とチキンのポトフ
【地産地消】

チキンオーバーライスは、ニューヨークで親しまれている屋台料理です。スパイスやヨーグルトで味付けした鶏肉をごはんにのせて食べましょう！

今日の給食10月

☆１０月給食新メニュー☆

10月8日



①ごはん
②牛乳
③豆乳みそ汁
④鶏肉の塩レモン焼き
⑤添え野菜
【地産地消】

豆乳を使用し、まろやかでコクのあるみそ汁を作りました。豆乳とみそは、どちらも大豆から作られています。大豆の栄養を美味しくいただきましょう！

10月16日



①ごはん
②牛乳
③ホワンホワタン
④ヤンニョムチキン
【地産地消】

ヤンニョムチキンは、韓国発祥の料理です。コチュジャンやケチャップ、にんにくなどを使った甘辛い味付けが特徴です。

10月21日



①ガーリックトースト
②牛乳
③豆乳クリームスープ
④ごぼうとささみのマヨソテー
⑤ヨーグルト

ガーリックトーストに挑戦します。食パンに、にんにくやマーガリンなどを塗って焼きました。香ばしい香りとカリッとした食感を味わいましょう。

10月27日



①タコライス
（麦ごはん・具・茹でキャベツ）
②コンポタージュ
③オレンジ果汁
【地産地消】

タコライスは、沖縄県で生まれた料理です。全て加熱処理をし、給食風にアレンジしています。具とキャベツをごはんにのせて食べてくださいね！