

令和6年度
学校給食
もいつけ表
10月

月 火

1

だいずのいそに

さけのてりやき

ごはん なめこのみそしる

ひじきは水分がたっぷりです。よくかんで食べましょう。

水

2

アップルシャーベツ
ポイルキャベツ

はさむ

ハンバーグ

コーン
クリームスープ

パンズカットパン

ハンバーグとキャベツをパンにはさんでいただきます。

木

3

滋賀の日

しそひじきあえ

わかさぎの
なんばんづけ

ごはん うちまめじる

わかさぎはカルシウムがとれる「わかさぎ」はカルシウムがたっぷりです。

金

4

リクエスト (小谷小)

キャベツのゆかりあえ

フライドポテト

ごはん ふたどんぐ

豚肉の量を少しずつごはんにかけていただきます。

7

ブロッコリー
サラダ

ケチャップ

オムライスたまごやき

チキンライス とうにゅうスープ

チキンライスの上に卵焼きをのせ、ケチャップをつけましょう。

8

ツナサンドのぐ

ポテトカップグラタン

しょくパン

ポークビーンズ

ツナサラダを食パンではさんでツナサンドにしましょう。

9

全国味めぐり (佐賀県)

いかのかけあえ

れんこんはさみあげ

あじつけのり

ごはん だぶじる

ごはんに味付けのりを巻いていただきます。

10

目の愛護デー

にんじんとツナのいためもの

はっこう
にゅう

とりにく
ごまだれかけ

ごはん えのきのみそしる

目の健康に「にんじん」をしつかり食べましょう。

11

はるさめのサラダ

さんまのかばやき

ごはん さといも
みそしる

旬の魚「さんま」を味わいましょう。

14

スポーツの日

15

さつまいもとりのタルト

ぶたしゃぶサラダ

あきの
たきこみごはん

にゅうめんじる

えだまめが入った炊き込みごはんを味わいましょう。

16

にくとピーマンのいためもの

さばの
しおこうじやき

ごはん けんちんじる

ピーマンと鶏ひき肉の炒めものを味わいましょう。

17

リクエスト (木之本小)

れんこんのサラダ

はちみつ

ウイナー
たまごやき

しょうパン ABCマカロニスープ

食パンに「はちみつ」をぬっていただきます。

18

ほうれんそうのおひたし

そぼろどんぐ

ごはん さつまいも
みそしる

そぼろをごはんにかけて、そぼろどんぐにしていただきます。

21

こまつなのナムル

あげぎょうざ

とうふの
ちゅうかに

カルシウムが多い松菜をしっかりと食べてしょうぶなまをつくらう。

22

カラフルサラダ

とりにくの
マーメイドやき

ほうれんそうの
クリームシチュー

かとう
コッペパン

カラフルサラダには赤や黄色のパプリカが入っています。

23

スイートポテトサラダ

かつおのごまがらめ

ごはん みそワンドンスープ

ピーマンと鶏ひき肉の炒めものを味わいましょう。

24

リクエスト (永原小)

きんぴらごぼう

とんかつ

こんぶごはん かきたまじる

食パンに「はちみつ」をぬっていただきます。

25

リクエスト (西浅井中)

フルーツポンチ

もやしと
コーンのソテー

ソフトめん ミートソース

皿にミートソースをよそい、ソフトめんを入れていただきます。

28

キャベツのタルタルサラダ

さつまいもの
てんぷら

ごはん だいこんのそぼろ

キャベツにはいり粉が入っています。

29

かぶのサラダ

サワラの
さいきょうやき

ごはん こうやとうふの
たまごとじに

かぶは、これから旬の野菜です。

30

食品ロス削減の日

ぶどう
ゼリ

やさいの
さっぱりサラダ

かけ

きょうかまいいり
ごはん

チキンカレー

さっぱりサラダには「レモン汁」が入っています。

31

オニオンサラダ

はっこう
にゅう

かぼちゃひきにく
サンドフライ

ハロウィンスープ

ベーコン
ピラフ

きょうは「ハロウィン」にちなんで「かまぼこ」入りスープです。

10月27日～11月9日までは
全国読書週間です。給食のテーマ
にちなんだ絵本を探してみましょう。

どく しょう しょう かん
読書週間
給食

ながはま ほん ほん ほん ほん ほん
長浜北部学校給食センター

※献立は変更になる場合があります。