

10月



もりつけひょう

令和4年10月 朝霞市学校給食センター（小学校）

3 (月) れいとうパン チキンアドボ ごはん ニラガ	4 (火) キャラメルポテト チリビーンズ フラワーロール せんぎりやさいの スープ	5 (水) ごぼうのからあげ スタミナやきにく ごはん トック	6 (木) トマトケチャップ りんご スクールドッグ ちゅうかめん とんこつラーメン	7 (金) やさいの きついかため ごはん ほっけの いちやぼし いもにじる
10 (月) スポーツの日 六小 ココア あげパン	11 (火) ツナとキャベツの マヨネーズソテー とりにくの カレーやき くろパン しろいんげんまめの スープ	12 (水) みかん ふたにくのかくに ごはん はるさめスープ	13 (木) ハムとチンゲンサイの ちゅうかいため さつまいも コロック じこなうどん じゃじゃめん	14 (金) あつあげとやさいの おかかいため ごはん さんまのしおやき あぶらふりり はっとじる
17 (月) わかめのいりに はたはたのからあげ ごはん きりたんぼじる	18 (火) ハムとキャベツの ソテー まだいのハーブやき クロブッサン きのこのわふうシチュー	19 (水) ひきないり ふたにくの ピリからやき ごはん こづゆ	20 (木) フルーツあんんに ポークしゅうまい 2こ ちゅうかめん わふうしょうゆラーメン	21 (金) りんご かえりにほしと だいたいのあげに ごはん ほうれんそういり チキンカレー
24 (月) ほそぎりこんぶの いために あじの しおこうじやき ごはん とんじる	25 (火) レバーフランクフルトの ソースがけ ジャーマンポテト コーンポタージュ	26 (水) ごもくきんぴら しろみさかなの レモンふうみあげ ごはん なめこのみそしる	27 (木) みかん とりにくの ガーリックあげ デニッシュ ペストリー やしそば	28 (金) さといもの そぼろに いかのオイスターやき ごはん かきたまじる
31 (月) りんご さばのみそに ごはん せんべいじる	10月の目標 なご しょくじ こころ 和やかな食事を心がけよう ©おさしのフロントあさか			もりつけ例 しゅさい しゅしょく しるもの



©おさしのフロントあさか

☆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)