



10月 献立予定表

佐野中学校



3 月 🍴	ジャンバラヤ 	4 火 🍴	コッペパン りんごジャム	5 水 🍴	ごはん	6 木 🍴	オレンジパン	7 金 🍴	ごはん 			
	牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳			
	にこちゃんフライ		ハンバーグトマトソース		豆腐の中華煮		真鯛のマヨネーズ焼き		肉づめいなり			
	小松菜サラダ		粉ふきいも		春雨サラダ		チキンサラダ		五目豆			
10 月 🍴	 スポーツの日 <small>HeiCuev</small>	11 火 🍴	黒パン	12 水 🍴	ごはん	13 木 🍴	ミルクパン	14 金 🍴	ごはん			
			牛乳		牛乳		牛乳		牛乳			
			洋風たまごとし		鶏肉とさつまいものうま煮		おさかなフライ		豚肉と里芋と大根のカレー			
			カリカリ大豆サラダ		生姜和え		オニオンドレッシングサラダ		海藻サラダ			
17 月 🍴	ごはん	18 火 🍴	コッペパン チョココリーム	19 水 🍴	ごはん	20 木 🍴	きのこスパゲッティ	21 金 🍴	鶏ごぼうごはん 			
	牛乳		牛乳		牛乳		牛乳					
	ホッケの竜田揚げ		さつまいものクリーム煮		鯉のごまがらめ		ツナ豆マヨサラダ		厚焼きたまご			
	辛子和え		ツナサラダ		おひたし		ヨーグルト		ごま和え			
24 月 🍴	ごはん	25 火 🍴	きな粉揚げパン	26 水 🍴	ごはん 	27 木 🍴	はちみつパン	28 金 🍴	ごはん			
	牛乳		牛乳		牛乳		牛乳					
	さんま煮		肉団子とマカロニのトマト煮		キムチ煮		チリビーンズ		ぎょうざ			
	磯香あえ		寒天入りヘルシーサラダ		こんにゃくサラダ		コールスローサラダ		ナムル			
31 月 🍴	ごはん	🍴		🍴	🍴	🍴	🍴	🍴	 秋の七草			
	牛乳									豚肉のブラウンシチュー	切干大根サラダ	
	🍴									🍴	🍴	🍴
	🍴									🍴	🍴	🍴

10月の給食目標

すききらいなくなんでも食べよう

