

令和5年10月給食もりつけ表

岡山市立上道学校給食センター
(小学校用)

年 組 名 前

<p>2日(月) ぶどう(ニューピオーネ) にぼ煮干しのり味 あじ厚揚げのみそ煮 あつあつ厚揚げのみそ煮 むぎ麦ごはん ごはんとみそ汁</p>	<p>3日(火) とりめしの具 はんぺんのじるすまし汁 ごはんととりめし</p>	<p>4日(水) ミニトマト ジャガタラポテト ちゅうか中華めん ちゃんぽんめん</p>	<p>5日(木) しおやさけの塩こうじ焼き いそあえ うまめじる打ち豆汁 ごはんとみそ汁</p>	<p>6日(金) ツナサラダ マヨネーズ かぼちゃシチュー ツナサンド こめこ米粉パン</p>	
<p>9日(月) ひ スポーツの日</p>	<p>10日(火) ホイコーロー 回鍋肉 アセロラゼリー はるさめ春雨スープ ごはんとみそ汁</p>	<p>11日(水) や焼きいも ごまあえ うどん きのこうどん</p>	<p>12日(木) りんご てつくあおな手作り青菜ふりかけ にうま煮 ごはんとみそ汁</p>	<p>13日(金) しろみざかな 白身魚のハーブフライ ブルーベリージャム マカロニスープ こめこ米粉パン</p>	
<p>16日(月) ばんさんすう 豆腐 マーボー豆腐 ごはんとみそ汁</p>	<p>17日(火) なんぶや さわらの南部焼き みかん だまっこ汁 むぎ麦ごはん ごはんとみそ汁</p>	<p>18日(水) い たこ入りサラダ ソフトめん ホワイトカレーめん</p>	<p>19日(木) てん きすの天ぷら じるすまし汁 ちらしずしの具 すしめし ちらしずし</p>	<p>20日(金) フレンチサラダ ヨーグルト ポークビーンズ こめこ米粉パン</p>	
<p>23日(月) やくみ あじの薬味だれかけ つくだにのり佃煮 ごはんとみそ汁</p>	<p>24日(火) ごもく ひじきの五目あえ おやこどん 親子丼 ごはんとみそ汁</p>	<p>25日(水) にくだんご あまずいた肉団子の甘酢炒め ちゅうか中華めん しょうゆラーメン</p>	<p>26日(木) りんご はりはり漬け すきやき ごはんとみそ汁</p>	<p>27日(金) グラタン スイートポテトパン やさい野菜スープ こめこ米粉パン</p>	
<p>30日(月) に さんまのしょうが煮 ごもくす五目酢きんぴら ごはんとみそ汁</p>	<p>31日(火) あ 揚げしゅうまい はっぼうさい八宝菜 ごはんとみそ汁</p>	<p>おしらせ 10月23日(月)～ 10月27日(金)は、 給食の残食量調査 (さんしょくりょう ちょうさ)です。</p>			<p>がつ きゅうしょくもくひょう 10月の給食目標 あき みかく 秋の味覚を あじ た 味わって食べよう!</p>