



10月献立表



《給食目標》 10月：好き嫌いをなくそう

豊岡市立出石学校給食センター

月	火	水	木	金
 				
			1 資母小リクエスト わかめごはん 牛乳 鶏肉のコーンフ레이크焼き 春雨サラダ けんちん汁	2 コウノトリ米ごはん 牛乳 はたはたのから揚げ バンバンジーサラダ 豆腐と卵の中華スープ
5 コウノトリ米ごはん 牛乳 ししゃもフライ ツナおから みそちゃんこ汁	6 但東中リクエスト コウノトリ米ごはん 牛乳 棒ぎょうざ たくあんあえ 麻婆豆腐	7 コウノトリ米麦ごはん 牛乳 あじのエスカベッシュ 大豆サラダ 玉ねぎのポターシュ	8 ひじきごはん 牛乳 厚焼き玉子 ごま酢あえ いわしのつみれ汁	9 コウノトリ米ごはん 牛乳 鶏肉のピリ辛焼き 但東ピーマン春雨 中華コーンスープ
12 スポーツの日	13 コウノトリ米ごはん 牛乳 いわしの竜田揚げ 小松菜のおかかあえ みそ煮込みおでん	14 コウノトリ米ごはん 牛乳 煮込みハンバーグ ゆばサラダ コンソメスープ	15 コウノトリ米ごはん 牛乳 にぎすの磯香揚げ 梅こんぶあえ 貝たくさん汁	16 ふるさと献立 コウノトリ米麦ごはん ショア 但東ピーマンのごまマヨサラダ 秋のめぐみカレー 神鍋りんご
19 コウノトリ米ごはん 牛乳 タラクリスピー マカロニサラダ ポトフ	20 コウノトリ米ごはん 牛乳 肉しのだ きんぴらピーマン かぼちゃのみそ汁	21 コウノトリ米麦ごはん 牛乳 鮭とさつまいもの甘辛だれ 田舎汁 納豆	22 コウノトリ米ごはん 牛乳 コーンしゅうまい 八宝菜 みかん	23 十三夜献立 枝豆ごはん 牛乳 鶏肉の塩こうじ焼き 小松菜とあげのおひたし 小野芋のみそ汁
26 コウノトリ米ごはん 牛乳 鶏肉の塩から揚げ ほうれん草ともやしのナムル みそチゲ	27 コウノトリ米ごはん 牛乳 カマスの一夜干し こまつなあえ がんものうま煮	28 コウノトリ米麦ごはん 牛乳 ささみそカツ キャベツのしそひじきあえ おろし汁	29 コウノトリ米ごはん 牛乳 魚のカレーマヨ焼き カラフルマリネ ミネストローネ	30 コウノトリ米ごはん 牛乳 ポロニアステーキのトマトソース 海藻サラダ かぼちゃの豆乳スープ

