



10月の こんだて

毎月 19日は 食育の日

病弱 (小倉総合特別支援学校)

22日 ミートボールのトマトにこみ(ケフタタジン) じゃがいものサラダ(シャラダバタータ)

月	火	水	木	金
	<p>1 シェフの北キューミツ星献立</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう パン</p> <p>メロン ほうれんそういり スクランブルエッグ あまおう いちご ジャム</p> <p>シェフのミネストローネ</p>	<p>2</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう ごはん</p> <p>アセロラゼリー ごはんにまぜます</p> <p>あきのかおりごはん つみいれじる</p>	<p>3</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう パン</p> <p>フランクソーセージの ケチャップに はちみつ マーガリン</p> <p>しろいんげんのポタージュ</p>	<p>4 日本全国味めぐり (東京都)</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう ごはん</p> <p>こまつなとツナの ごまドレッシングあえ ブルーベリー ゼリー</p> <p>しおちゃんこ</p>
<p>7</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう</p> <p>ミックスフルーツ</p> <p>ビーンズカレーライス ごはんにかけます</p>	<p>8</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう パン</p> <p>キャベツとツナの いためもの りんご ジャム 大小</p> <p>ぎゅうにくコロッケ はくさいスープ</p>	<p>9</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう ごはん</p> <p>キャベツとにんじんの ごますあえ クリーム ヨーグルト バニラ</p> <p>とうふいりちゅうかふうに</p>	<p>10 目の愛護デー献立</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう ちいさいパン</p> <p>かたぬき チーズ カロテン たっぶりソテー ブルーベリー ジャム</p> <p>やきうどん</p>	<p>11</p> <p>あきやすみ</p> 
<p>14</p> <p>スポーツのひ</p> 	<p>15</p> <p>あきやすみ</p> 	<p>16</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう ごはん</p> <p>ゆかりあえ なっとう</p> <p>にくとじゃがいもの ふくめに</p>	<p>17</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう くろざとうパン</p> <p>中高3個 小1個 それ以外2個</p> <p>さつまいもと りんごのかさねに チキンナゲット バター</p> <p>とうふの ちゅうかふうスープ</p>	<p>18 食育の日 和食献立</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう ごはん</p> <p>中高2尾 それ以外 1尾</p> <p>ほうれんそうの ごまあえ さんまのみぞれに りんご ヨーグルト</p> <p>しおぶたじる</p>
<p>21</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう ごはん</p> <p>はっぼうさい 中高2個 それ以外 1個</p> <p>ポークシューマイ ホアンホワタン</p>	<p>22 ワールドツアー2024 (モロッコ)</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう パン</p> <p>レモンゼリー じゃがいものサラダ いちじく ジャム</p> <p>ミートボールの トマトにこみ</p>	<p>23</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう ごはん</p> <p>キャベツとこまつなの じゃこいため おうとう コンポート</p> <p>かいかに</p>	<p>24 野菜の日献立</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう パン</p> <p>オーロラサラダ オレンジ マーマレード</p> <p>グリーンシチュー</p>	<p>25 南九州市交流献立</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう ごはん</p> <p>みかん ゼリー さかなのかばやき</p> <p>さつまじる</p>
<p>28 歯によい献立</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう ごはん</p> <p>くりの ムース ひじき ふりかけ</p> <p>ほうれんそうの おひたし かんとうに</p>	<p>29</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう パン</p> <p>アップル ドレッシングサラダ チョコ アンド ホワイト</p> <p>チリコンカン</p>	<p>30 お楽しみ献立</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう ごはん</p> <p>メロン ごはんにまぜます</p> <p>ピビンバふうどんぶり あつあげのうまからスープ</p>	<p>31 調理員さんおすすめレシピ</p> <p>牛乳 ぎゅうにゆう ちいさいパン</p> <p>みかん ゼリー スライスチーズ</p> <p>やさいの アーモンドいため ジャージャーめん</p>	