

10月  
こんだてイラスト

<今月の献立のねらい>  
大地のめぐみに感謝して食べよう  
～食欲の秋～

和えもの

おかず

ごはん・パン

汁もの

<p>月 2</p> <div><div>れんこんのはさみ揚げ</div><div>大根とじゃこの梅肉和え</div></div> <div><div>ごはん</div><div>手作りしそふりかけ</div><div>かしわ汁</div></div>	<p>火 3</p> <div><div>厚揚げ入り豚キムチ</div></div> <div><div>ごはん</div><div>もずくのたまごスープ</div></div>	<p>水 4</p> <div><div>にんじんサラダ</div></div> <div><div>食パン&amp;きなこクリーム</div><div>きつねうどん</div></div>	<p>木 5</p> <div><div>鶏肉のパン粉焼き</div><div>ツナとコーンのサラダ</div></div> <div><div>麦ごはん</div><div>ごま豆乳スープ</div></div>	<p>金 6</p> <div><div>かつのりサラダ</div><div>なし</div></div> <div><div>セルフ中華丼</div></div>
<p>9</p> <div><div>RUGBY</div><div>サッカーボール</div><div>バスケットボール</div><div>野球ボール</div><div>スポーツの日</div></div>	<p>10</p> <div><div>ブルーベリーゼリー</div><div>チキン南蛮</div></div> <div><div>雑穀ごはん</div><div>ほうれん草スープ</div></div>	<p>11</p> <div><div>チーズサラダ</div></div> <div><div>かぼちゃパン</div><div>お芋とお豆のシチュー</div></div>	<p>12</p> <div><div>魚のオーロラソースがけ</div><div>ポパイサラダ</div></div> <div><div>ごはん</div><div>カレーポトフ</div></div>	<p>13</p> <div><div>れんこんの梅マヨサラダ</div><div>さつまいも天ぷら</div></div> <div><div>五目ごはん</div><div>なめこ汁</div></div>
<p>16</p> <div><div>白和え</div><div>キャベツのメンチカツ</div></div> <div><div>ごはん</div><div>茎わかめスープ</div></div>	<p>17</p> <div><div>魚の野菜あんかけ</div></div> <div><div>ごはん</div><div>ビーフンスープ</div></div>	<p>18</p> <div><div>コールスローサラダ</div></div> <div><div>かつサンド</div><div>ポークビーンズ</div></div>	<p>19</p> <div><div>梨酢和え</div><div>いわしおかけ煮</div></div> <div><div>ごはん</div><div>つぼん汁</div></div>	<p>20</p> <div><div>豆ひじきサラダ</div><div>照焼ききのこハンバーグ</div></div> <div><div>ごはん</div><div>具だくさんみそ汁</div></div>
<p>23</p> <div><div>温野菜サラダ</div><div>おさつレバー</div></div> <div><div>食パン</div><div>コンソメジュリエヌ</div></div>	<p>24</p> <div><div>野菜とひじきの和え物</div><div>魚の竜田揚げ</div></div> <div><div>ごはん</div><div>根菜つくね汁</div></div>	<p>25</p> <div><div>スパイシー豆まめサラダ</div><div>ミニ春巻き</div></div> <div><div>黒糖パン</div><div>ちゃんぽん</div></div>	<p>26</p> <div><div>けいちゃん</div></div> <div><div>ごはん</div><div>かぼちゃのほうとう</div></div>	<p>27</p> <div><div>トマトオムレツ</div><div>ごぼうサラダ</div></div> <div><div>コーンピラフ</div><div>玄米入り野菜スープ</div></div>
<p>30</p> <div><div>海藻とツナのサラダ</div><div>チャプチェ</div></div> <div><div>ごはん</div><div>ちんげん菜のスープ</div></div>	<p>31</p> <div><div>カラフルピーマンごま和え</div><div>かぼちゃプリン</div></div> <div><div>秋味カレー</div></div>	<p>今月の味めぐり「中部地方」 ～山梨県の郷土料理「かぼちゃのほうとう」、岐阜県の郷土料理「けいちゃん」を作ります!～</p> <p>中部地方は、愛知、静岡、岐阜、長野、山梨、福井、石川、富山、新潟と9つの県があります。その中から山梨県の「かぼちゃのほうとう」と岐阜県の「けいちゃん」を給食にしました。</p> <p>「ほうとう」は、戦国時代の武将・武田信玄が自らの刀で具を刻んだことから「宝」に「刀」と書いて宝刀と名付けられたといわれています。平たい麺と野菜をみそ味で仕上げる山梨県の郷土料理です。</p> <p>「けいちゃん」は、漢字で”鶏ちゃん”と書くことから分かります。しょうゆや味噌をベースとしたタレで味付けしたひと口大の鶏肉を、キャベツや玉ねぎなどの野菜と一緒に炒めて食べる岐阜県の郷土料理です。</p> <p>給食で中部地方のお料理を楽しんでもらえると嬉しいです。</p>		

※太枠でかこったおかずは一緒に盛り付けてください。なお、水気や量で皿が変わる場合もあります。