

10月のきゅうしょくこんだてひょう

令和5年

*は新メニューです。

◎ おはしは毎日持ってきましょう。

◎ 材料の都合により献立を変更することがあります。

稻美町学校給食運営委員会

月 よ う	火 よ う	水 よ う	木 よ う	金 よ う
② ヨーグルト かんひょうのちらしずし かんひょうは、ウリ科の「ゆうがお」の実を ひものようにむいて平らに保存食です。	③ キャベツのこぼすあえ ごはん とうふじる	給食の前に 石けんで手を 洗いましょう	⑤ ハンサンスー ごはん モーニング	⑥ ひじきまめ さつまいもごはん みそしる
10月の給食費 加古小 1~5年 20回 5,140円 6年 18回+パイン ^ク 5,140円	⑩ ぶたにくと あっけのみそいわ ごはん ぱらじる	⑪ きりほじいこん のチャフチエ チキンパン わかめスープ	⑫ しゃさけ れんこんの さわら	⑬ コンキヤベイ てりやきハンバーグ ごはん あおなのみそ五
トッフは、お米でつくられた朝鮮半島の おもちです。棒状のおもちをうすく切った形です。	⑯ はるさめの いためもの ごはん キットカツスープ	⑯ ひじきとこまつの そぼろいため ごはん ぶたじる	⑯ えだまめと れんこんの かきあげ ミニパン きざみうどん もちむぎごはん	⑯ ごまつの おひにし じめいも さつまじる ひょうごの日…米もち麦小松菜大豆(稻美町) とり肉、平天、厚あげ(兵庫県)
ドライカレー ドライカレーやカレーライスのルーに使正在カレー 粉には20種類以上のスパイスが入っています。	⑯ せり さゆりとん さゆりとん チキンスープ	⑯ いばみの りちゃんサラダ パン クリームシチュー	⑯ トマトソース トマトソース ごはん やさースープ	⑯ さばのからあげ ねぎソース ごはん さつまじる からあげにしたさばに、みじれ切りにした 白ねぎを入れたソースをからめています。
秋野菜カレーには、秋が旬の食べ物を 使っています。何が入っているでしょう。	⑯ あくやさいカレー 秋野菜カレーには、秋が旬の食べ物を 使っています。何が入っているでしょう。	⑯ 10月の給食に使う稻美町の食材 10月の給食に使う稻美町の食材	れんこんのきんぴら 《材料》4人分 れんこん 白ごま 濃口しょうゆ 砂糖 みりん ごま油 サラダ油 250g 小さじ2 大さじ1 大さじ1 小さじ1 少々 適量	《作り方》 ①れんこんは皮をむいて、3mm幅の いちょう切りにして、水にさらす。 ②白ごまは炒っておく。 ③鍋にサラダ油を熱し、水を切った ①を炒める。 ④しんなりしたら、調味料を加えて 炒りつけ、②を入れ、ごま油で 香りづける。