



10月もいつけひょう

しゅんのしょくざいをあじわおう！



郡山市立桑野小学校

月（げつ）	火（か）	水（すい）	木（もく）	金（きん）
熱や力になるもの 血や肉をつくるもの からだの調子をよくするもの 給食には、三つのグループの食べものが入っています。				1日 ようなしゼリー かいそうとゆでやさいのサラダ きのこいりカレーライス
4日 もやしとこまつなのナムル コーンシューマイ むぎごはん マーボー豆腐	5日 給食なしの日	6日 すきこんぶのこうみあえ ちゅうかめん タンメン	7日 もどりがつおのごまみそあえ いそひたし ごはん だいこんとふのみそしる	8日 ★目の愛護デー献立★ ブルーベリーゼリー こまつなとたまごのあえもの きのこごはん とうふのみそしる
11日 とうにゅうパンナコッタ はるさめのごますあえ キムチチャーハン ちゅうかたまごスープ	12日 まめサラダ フランクフルトのケチャップソース ドッグパン コンソメスープ	13日 お弁当の日	14日 いちごジャム ほうれん草のサラダ しょくぱん ミネストローネスープ	15日 なっとう ちぐさあえ ごはん さといもとだいこんのみそしる
18日 ★食育の日献立★ きんぴらごぼう たいのしおこうじやき あさがまいごはん さつまいもじる	19日 ヨーグルト キャベツサラダ きなこあげパン ポトフ	20日 おかかいりおひたし だいがくいも ソフトめん ごもくうどん	21日 こんぶのつくだに こまつなのおひたし むぎごはん さといものそぼろに	22日 給食なしの日
25日 ビーンズカル やきぶたிரいあえもの ごはん おでん	26日 マーシャルビーンズ スパゲッティサラダ しょくぱん ぶたにくとだいずのケチャップに	27日 もやしのラーゆあえ にくシューマイ むぎごはん はっぼうさい	28日 きょうほう2こ ツナサラダ アップル ホワイトシチュー	29日 ★運動会応援献立★ かぼちゃプリン ソースカツどん じゃがいものみそしる