



10月献立予定表

郡山市では給食の米に「あさか舞」を使用しています。

Main menu table with columns for Day, Meal Name, Energy/Fat/Carb, and Food Items. Includes special days like '給食のない日' and 'お弁当の日'.

Nutritional information table showing average intake for 10 months, with columns for Energy, Fat, Calcium, Iron, and Vitamins A, B1, B2, C.

☆ 給食に使用している野菜は食中毒防止のため、すべて加熱調理しています。また、直接食べる果物(トマト・ミカドもろもろ)は、流水で3回以上洗浄しています。

☆ 食材価格の変動・学校行事・業者の都合により、献立内容を変更する場合がございますのでご了承下さい。

令和6年



10がつこんだてよていひょう



郡山市立緑ヶ丘第一小学校

10月のきゅうしょくもくひょう

すききらいなく なんでも たべよう

	<p>1 (火) きゅうにゆう あじつきのり</p> <p>ちぐさづけ かつおとじゃがいものごまみそあえ</p> <p>むぎごはん しめじのすましじる</p>	<p>2 (水) きゅうにゆう わかめふりかけ</p> <p>ごもくきんぴら あおもりホタテしゅうまい</p> <p>ごはん せんべい じる</p> <p><small>あおもり</small>ホタテありがとうこんだて2</p>	<p>3 (木) きゅうにゆう オレンジ</p> <p>ツナサンドサラダ</p> <p>しよくパン マカロニのミートソース</p>	<p>4 (金) きゅうにゆう</p> <p>ほうれんそうとたまごのあえもの</p> <p>きのこごはん さつまいものみそしる</p>
<p>7 (月) きゅうにゆう</p> <p>やさいソテー ハンバーグ</p> <p>ごはん オニオンスープ</p>	<p>8 (火) きゅうにゆう</p> <p>にらとえのきのサラダ ポテトチーズはるまき</p> <p>あおな おにぎり たまねぎのみそしる</p> <p><small>ねんせい</small>2年生だけきゅうしょくのある日</p>	<p>9 (水)</p> <p>きゅうしょくの ない日</p>	<p>10 (木) きゅうにゆう</p> <p>やきいも しらすいりおひたし</p> <p>ソフト ほうとううどんのしる</p>	<p>11 (金) きゅうにゆう</p> <p>カラフルサラダ</p> <p>ちゅうかふうまぜごはん すいぎょうぎ</p> <p>め^{あいご}目の愛護デーこんだて</p>
<p>14 (月)</p> <p> スポーツの日</p>	<p>15 (火) きゅうにゆう</p> <p>ひじきあえ ミートボール</p> <p>むぎごはん とんじる</p>	<p>16 (水)</p> <p>おべんとうを もってくる日</p> <p><small>しょくいく</small>食育の日：<small>ふくしま</small>ふくしま健康広場^{けんこうひろば}メニュー</p>	<p>17 (木) きゅうにゆう <small>ミニいちご</small>ミニいちごサラー</p> <p>ブロッコリーごまサラダ キャベツメンチカツ</p> <p>コッペパン トマトとたまごのちゅうかスープ</p>	<p>18 (金) きゅうにゆう</p> <p>すきこんぶのちゅうかあえ パオズ</p> <p>ごはん ジャジャンどうふ</p>
<p>21 (月) きゅうにゆう</p> <p>バックソース</p> <p>ひきないり さけフライ</p> <p>むぎごはん じゃがいもとたまねぎのみそしる</p>	<p>22 (火) きゅうにゆう</p> <p>だいずチョコ</p> <p>あおなのソテー ほうれんそうのグラタン</p> <p>コッペパン ポトフ</p>	<p>23 (水) きゅうにゆう</p> <p>ヨーグルト ほうれんそうのサラダ</p> <p>きのこカレー</p>	<p>24 (木) きゅうにゆう</p> <p>はくさいのラーゆあえ にくだんごもちごめむし</p> <p>ちゅうかめん みそラーメンのしる</p>	<p>25 (金) きゅうにゆう</p> <p>いりみそめ</p> <p>なつどう</p> <p>えだまめいりサラダ</p> <p>ごはん うちまめじる</p> <p><small>おたけ</small>教科書のお話^{おはなし}こんだて(すがたをかえる大豆)</p>
<p>28 (月)</p> <p>みどりっ子発表会 の繰替休日</p>	<p>29 (火) きゅうにゆう さつまポテト</p> <p>れんこんサラダ わかさぎのからあげ</p> <p>ごはん ぬっぺじる</p> <p><small>しゅうこう</small>つくば市友好こんだて</p>	<p>30 (水) きゅうにゆう</p> <p>だいこんとぶたにくのにももの とりつくね</p> <p>むぎごはん こまつなとうふのみそしる</p>	<p>31 (木) きゅうにゆう</p> <p>りんご チーズサラダ とりにくのハーブやき</p> <p>こくとうパン パンプキンスープ</p>	