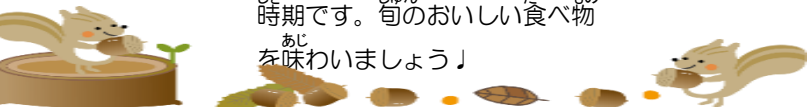




10月学校給食献立表

2025.10 松江養護学校



月	火	水	木	金
あき みの あき 秋は「実りの秋」ともいわれ いろいろな食物が 収穫される じき 時期です。旬のおいしい食べ物 あじ を味わいましょう！ 		1 ・ビビンバ^{どん} (ごはん・肉^{にく}みそ・ナムル) ・揚げ^あ春巻^{はるま}き ・わかめスープ 	2 ・ごはん ・サバのカレー揚げ^あ ・五目^{ごもく}きんぴら ・白菜^{はくさい}のみそ汁^{じる} 	3 ・ごはん ・だいこん^{ふたにく}と豚肉^にのみそ煮 ・海藻^{かいそう}サラダ ・けんちん汁^{じる} 
6 ・ごはん ・揚げ豆腐^{あとうふ}の彩^{いろど}りあんかけ ・おかか^あ和え ・肉団子^{にくだんご}のみそ汁^{じる} 	7 ・ごはん ・メバルのチリソース ・小松菜^{こまつな}のナムル ・五目^{ごもく}スープ 	8 ・ごはん ・牛肉^{ぎゅうにく}と 里芋^{さと芋}の煮物^{にもの} ・春雨^{はるさめ}の酢^すのもの ・あごまるのすまし汁^{じる} 	9 ・ごはん ・イワシのおかか煮^に ・かまぼこと春雨^{はるさめ}の酢^すのもの ・小松菜^{こまつな}のみそ汁^{じる} 	10 きゅうしよく 給食はありません 
13 スポーツの日 	14 ・パン ・チョコクリーム ・大豆^{だいず}とごぼうのミンチカツ ・ひじきのマリネ ・さつま芋^{いも}のカレースープ 	15 ・ごはん ・揚げギョーザ ・中華^{ちゅうか}サラダ ・中華^{ちゅうか}風 コーンスープ 	16 ・栗^{くり}ごはん ・赤魚^{あかうお}の磯辺揚げ^{いそべあ} ・小松菜^{こまつな}の煮^にびたし ・しめじのみそ汁^{じる} 	17 ・ごはん ・チキンのトマト煮^に ・ダブルポテトサラダ ・きのことベーコンのスープ 
20 ・ごはん ・豚^{ぶた}のしょうが焼き^や ・ほうれんそうのおひたし ・じゃがいものみそ汁^{じる} 	21 ・ごはん ・鶏肉^{とりにく}の塩^{しお}こうじ焼き^や ・キャベツと昆布^{こんぶ}の酢^すのもの ・さつまいものみそ汁^{じる} 	22 ・ごはん ・鯖^{さば}のしょうがみりん焼き^や ・ゆかり和え ・すまし汁 ・りんご 	23 ・ごはん ・筑前煮^{ちくぜんに} ・ごま酢^{ずあ}和え ・沢煮^{さわにわん}椀 	24 ・あき みかく 秋の味覚カレー ・ふくじんづ あ 福神漬け和え ・りんご 
27 ・ごはん ・和風^{わふう}ハンバーグ ・だいこん 大根サラダ ・とうにゅう 豆乳スープ 	28 ・パン ・りんごジャム ・さけ 鮭フライ ・フロッコリーのサラダ ・ミートボールのトマトスープ 	29 ・ごはん ・マーボーなす ・いと 糸かまぼこのナムル ・ワンタンスープ 	30 ・ごはん ・にく^{しのだ}の ぶく に 肉信田の含め煮 ・おかか^あ和え ・すまし汁 	31 ・ごはん ・チキンカツ ・かぼちゃサラダ ・はくさい 白菜スープ 