給食カレンダー　　令和８年　　１０月

月　曜	火　曜	水　曜	木　曜	金　曜
			10月1日	10月2日
				
			コッペパン 牛乳 焼きそば フルーツムース	ごはん 牛乳 厚揚げのカレーそぼろ わかめのナムル
10月5日	10月6日	10月7日	10月8日	10月9日
				
麦ごはん 牛乳 鶏そぼろ丼 中華コーンスープ	ごはん 牛乳 いわしのしょうが煮 すき焼き風煮	ごはん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ みそけんちん汁 ぶどうゼリー	ごはん 牛乳 高野豆腐の煮物 切り干し大根とかにかまの酢の物	ごはん 牛乳 ハンバーグのきのこソース レタスと卵のスープ
10月12日	10月13日	10月14日	10月15日	10月16日
				
スポーツの日	ごはん 牛乳 さばのゆずみそがけ ふしめん汁	ごはん 牛乳 揚げぎょうざ 八宝菜	食パン 牛乳 ミネストローネ ツナとひじきのサラダ 大豆チョコ	ごはん 牛乳 鶏肉のごまがらめ 即席漬 なめこ汁
10月19日	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日
				
ごはん 牛乳 ポテトオムレツ マーボーれんこん	ごはん 牛乳 ひじきと厚揚げの煮物 野菜のごまドレッシングあえ	ごはん 牛乳 白身魚のすだち風味 豆乳入り豚汁 すくすくチーズ	ごはん 牛乳 肉団子の甘酢あん 野菜のみそ炒め	玄米ごはん 牛乳 なると金時カレー コールスローサラダ
10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日
				
ごはん 牛乳 さわらの甘酢あんかけ 大豆入りきんぴらごぼう	キムタクごはん 牛乳 小松菜と春雨のスープ フルーツミックス	ごはん 牛乳 じゃがいもと鶏肉のうま煮 いかときゅうりの梅あえ スイートポテト	コッペパン 牛乳 白身魚フライ ボイルキャベツ パンプキンポタージュ パックソース	麦ごはん 牛乳 親子丼 れんこんの和風サラダ

※ 写真は中学生の分量です

鳴門市学校給食センター