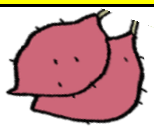
『はやね　はやおき　あさごはん』で元気な　北郷っ子

10月のこんだて



月	火	水	木	金
3 ごはん 厚揚げのチリソース煮 春雨サラダ	4 ココア揚げパン 肉団子スープ ブロッコリーサラダ	5 ごはん けんちん汁 手作り卵焼き 塩もみ	6 ごはん わかめスープ ふくいサーモンフライ 大豆サラダ	7 ピラフ 野菜スープ ジャーマンポテト
10 体育の日 	11 茶めし 玉ねぎのみそ汁 おひたし 大学芋	12 ごはん 豆入りカレーミネストローネ てりやきチキン ドレッシングサラダ	13 ごはん 中華風コーンスープ アジフライ チンゲンサイソテー	14 ごはん 大根と豚肉の中華煮 はんぺんのごま酢あえ ひじきのり
17 振替 	18 ラーメン しゅうまい ナムル	19 福ふく丼 まいたけ汁 打ち豆なます １９日ふるさと給食	20 ごはん さつま汁 豚肉の炒めもの 柿	21 カレーライス 野菜サラダ ヨーグルト
24 米粉入りパン かぼちゃのシチュー コーンサラダ	25 ごはん 江戸っ子煮 ごぼうのみそあえ	26 ごはん 里いものみそ汁 焼き鳥風煮	27 チャーハン 五目スープ 中華サラダ	28 鮭ずし すまし汁 おかかあえ
31 ごはん 春雨スープ からあげ 野菜サラダ				

10月は食品ロス削減月間

食品ロスとは、食べられるのに捨てられてしまう食べ物のことをいいます。調理や食べる時、食品を買う時など、いろいろな場面で食品ロスを減らすためにできることがあります。自分ができそうなことから取り組みましょう。

10月21日（金）～11月20日（日）は里芋月間です！

全国的にも有名な奥越の里芋を使った料理を、給食にも取り入れます。
いろいろな里芋料理を通して、奥越の里芋を味わいましょう。

みそ汁、煮っころがし、そぼろ煮などが出ます！