



# 10月のこんだて



月	火	水	木	金
2 ごはん えのき汁 焼き鳥風煮 バナナ	3 わかめごはん たまごみそ汁 切干大根のおひたし 大学芋	4 ごはん 江戸っ子煮 焼きししゃも ごぼうのみそあえ	5 スタミナ丼 ごもくスープ オレンジ	6 ごはん あぶら油あげのみそ汁 手作り卵焼き ゆかりあえ
9 スポーツの日 	10 きなこ揚げパン コンソメスープ ミートボール ブロッコリーサラダ	11 ごはん けんちん汁 鯖の竜田揚げ 大豆サラダ	12 チキンライス 野菜たっぷりスープ 手作りチョコチップケーキ	13 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
16 ふりかえ 振替 	17 ラーメン ウイナーポテト ナムル	18 ごはん 八宝菜 しゅうまい 中華サラダ	19 古代米ごはん さといものみそ汁 あげの煮たの おはづけ 19日ふるさと給食	20 ごはん かきたま汁 からあげ ボイル野菜
23 ふくこむぎパン かぼちゃのシチュー フレンチサラダ 手作りゼリー	24 ごはん 中華スープ アジフライ マーボーもやし	25 ごはん さといものそぼろ煮 のり酢あえ きなこクリーム大福	26 ごはん ポテトスープ タンドリーチキン ドレッシングサラダ	27 鮭ずし すまし汁 大豆と昆布のうま煮
30 ごはん さつま汁 豚肉の炒めもの 柿	31 キーマカレー 野菜サラダ フルーツポンチ	<p><b>10月は食品ロス削減月間</b></p> <p>まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物のことを「食品ロス」といいます。学校や家などで残さず食べて、食品ロスを減らしましょう！</p>		

**10月20日（金）～11月19日（日）はさといも月間です！**



全国的にも有名な奥越のさといもを使った料理を、給食にも取り入れます。いろいろなさといも料理を通して、奥越のさといもを味わいましょう。

10月、11月の給食に、さといものみそ汁やそぼろ煮、煮ころがしなどが出来ます！

