10月　きゅうしょくカレンダー

おちあいだいろくしょうがっこう

月	火	水	木	金
今月２１日は、新宿区友好提携都市の長野県伊那市からりんごが届きます。旬のしゃきしゃきのおいしいりんごを、感謝してみんなでいただきましょう。				1　北海道の料理 ぎゅうにゅう みそラーメン すきこんぶのサラダ じゃがいももち のりしおふうみ
4 ぎゅうにゅう ジャムバターサンド スパゲティグラタン キャベツサラダ	5 ぎゅうにゅう マーボーどうふどん バンサンスー くだもの（りんご）	6 ぎゅうにゅう ごはん アジフライ わかめサラダ こんさいのみそしる	7 ぎゅうにゅう ごはん しそひじき にくじゃがに いそかあえ	8　新宿野菜の日 ぎゅうにゅう チキンカレーライス ボイルやさいの ゆかりがけ おひさまゼリー
11　目の愛護デー ジョア （ブルーベリー） ソースやきそば レバーのあまからに ほうれんそうと いとかんてんのサラダ	12 ぎゅうにゅう チキンライス キャベツと**かぶ**の スープ パインケーキ	13 ぎゅうにゅう ぶたキムチどん えのきとわかめの みそしる **さつまいも**とだいずの あげに	14 ぎゅうにゅう コッペパン ようふうたまごやき おんやさいサラダ ベーコンとはくさいの スープ	15 ぎゅうにゅう ごはん こんぶのつくだに **さば**の みそマヨネーズやき よしのじる
18 ぎゅうにゅう **きのこ**うどん めかぶのかきあげ コーンサラダ	19 ぎゅうにゅう ごはん ジャージャンどうふ もやしのごまだれかけ	20　5-1リクエスト ぎゅうにゅう チャーハン しゅうまい しらたまスープ レモンスカッシュゼリー	21伊那市のりんご ぎゅうにゅう ピザトースト あきの クリームシチュー くだもの（りんご）	22 ジョア ドライカレーライス キャベツとリンゴの サラダ
25 ぎゅうにゅう ふきよせおこわ とんじる **いも**ようかん	26 ぎゅうにゅう セサミトースト じゃこサラダ マカロニシチュー	27 ぎゅうにゅう ごはん とりにくのごまソース えだまめいりあえもの みぞれじる	28 ぎゅうにゅう やきにくビビンバどん わかめスープ くだもの（かき）	29　ハロウィン ぎゅうにゅう スパゲティミートソース やさいスープ かぼちゃのチーズやき

今月の給食目標　☆季節の食べ物について知ろう☆

・旬の食べ物を知ろう…さつまいも、かぶ、にら、にんじん、さば　など

・どんな食材が料理に入っているか、興味をもってみてみよう