



10月献立予定表



月	火	水	木	金	予約締切	
2日《豆腐の日》(841)	3日 (810)	4日《十五夜》(884)	5日 (893)	6日 (895)	9/22 (金)	
牛乳 ごはん 豆腐の中華煮 春雨サラダ 白菜スープ ソーダゼリー 	牛乳 ごはん 鮭の味噌マヨ焼 芋のバターカレーソテー 磯辺サラダ すまし汁 果物	牛乳 麦ごはん 月見照り焼きハンバーグ 切干大根の煮物 ミモザサラダ 味噌汁 果物 	牛乳 ごはん 肉のゴマオイスター炒め しょうが風味サラダ 干しエビのスープ ミルクゼリー(桃ソース)	牛乳 蒲焼き丼 和風サラダ 沢煮椀 果物 		
大阪名物・串カツとたこ焼きです。みなさん何度も食べていることでしょう。ですから変化球で、たこ焼きは四角くしてみました。こんなたこ焼き、もう二度と食べられないかもしれません。ぜひ味わって食べてくださいね！串カツのソースは二度づけ&かけすぎ禁止ですのでご注意ください。	10日 (892)	11日 (875)	12日 (835)	【開校記念日】	9/29 (金)	
	牛乳 ポロネーゼ カレーマスタードサラダ コーンポタージュ フルーツポンチ	牛乳 黒麻婆豆腐丼 棒餃子 たたききゅうりのサラダ 大根のスープ	牛乳 ごはん 豚肉のしょうが焼き フライドポテト 酢の物 味噌汁 果物			
16日☆大阪料理☆ (883)	17日 (889)	18日 (840)	19日(A:808 B:904)	20日 (883)	10/6 (金)	
牛乳 ごはん 串カツ ブロックたこ焼き 芥子(からし)和え 味噌汁 	牛乳 カレーライス 海藻サラダ あさりのスープ フルーツ寒天	牛乳 ゆかりご飯 手作りさつま揚げ さつまいもの煮物 山葵(わさび)和え 味噌汁 果物 	牛乳 ごはん A: 魚のチーズパン粉焼き B: 豚のチーズパン粉焼き ツナサラダ 卵とトマトのスープ 果物	牛乳 ごはん 豆腐ステーキすき焼き風味 ピーナッツ和え 味噌汁 あずきミルクかん		
23日【2年生休み】(912)	24日 (823)	25日★カナダ料理★ (883)	26日 (902)	27日 (887)	10/12 (木)	
牛乳 タコスライス 車麩と卵の炒め物 もずくスープ サーターアンダギー	牛乳 麦ごはん 鶏肉のカレー醤油焼 蓮根と薩摩揚げの煮物 たことカリフラワーのサラダ 味噌汁 果物	牛乳 メープルフレンチトースト フィッシュアンドチップス ガーリックマリネサラダ トマトクリームスープ	牛乳 ごはん ミートローフ、野菜のクラッセ 揚げごぼうのサラダ ひらたけとカブのスープ 煮りんごゼリー	牛乳 栗ごはん 秋刀魚(さんま)の塩焼き 里芋の和風ポテサラ 味噌汁 フルーツヨーグルト 		
30日 (848)	31日《ハロウィン》(889)	カナダには、ナイアガラの滝やロッキー山脈など、観光名所ともなっている大自然がたくさんあります。小麦を多く育てていて、そしてメープルシロップの生産量は世界一です。そんなカナダで有名な食材を使用したメープルフレンチトーストは、甘くてフワフワなトーストに仕上げます。よく味わっておいしく食べてください。		 	★エネルギーは主食の量で変わります。 ・超小盛...約-160kcal ・小盛...約-70kcal ・大盛り...約+70kcal	10/20 (金)

※()内はエネルギー(kcal)。※献立は都合により変更することがあります。