10 月のこんだて表

中津川市・東白川村食と文化の館

月	火	水	木	金
うつくしい箸の使い方をしましょう～！ 箸は正しく持てていますか？ 寄せ箸　刺し箸　迷い箸　涙箸　ねぶり箸　さし箸　箸渡し あなたはマナー違反していませんか？ 			1　お月見献立 月見デザート 鮭の塩麹焼き／キャベツの酢の物 ごはん　月見汁	2 白身魚のフリッター／ビビンバの具 ビビンバ　にぎやかわかめスープ
5 ブドウゼリー じゃがいものうま煮／鶏肉の照り焼き ごはん　根菜汁	6 煮びたし／黒糖さつまいも蒸しパン うどん	7 りんご ごまあえ／小アジの唐揚げ ごはん　関東煮	8 キャベツメンチ／ブロカリサラダ 食パン　クリームシチュー	9 磯香あえ／さんまの蒲焼き ごはん　五目呉汁
12 ひじきの炒め煮／揚げ出し豆腐の肉みそかけ ごはん　かきたま汁	13 中華サラダ／大学芋 味噌ラーメン	14 コアコアプラス つぼ漬けあえ／鮭の和風ムニエル ごはん　さつま汁	15 チリコンカン／カラフルサラダ チリコンカンサンド　コンソメスープ	16 おかかあえ／豚肉と高野豆腐の揚げ煮 ごはん　けんちん汁
19 柿 おひたし／豚肉の生姜炒め 菜めし　きのこのみそ汁	20 イタリアンサラダ／大豆と小魚の揚げ煮 ミートスパゲティー	21 たくあんあえ／煮魚さば ごはん　すまし汁	22 ささみのレモン味／グリーンサラダ 黒パン　かぼちゃのミルクスープ	23 切り干しだいこんの煮物／ししゃもの岩石揚げ ごはん　芋の子汁
26 きんぴらごぼう／鶏肉のごまだれかけ ごはん　玉ねぎのみそ汁	27 ナムル／揚げギョウザ 焼きそば	28　十三夜献立 十三夜デザート 煮豆／きびなごの唐揚げ 栗ごはん　やさいたっぷり汁	29 さつまいもグラタン／キャベツのサラダ 食パン　豆まめスープ	30　ハロウィン献立 ハロウィンデザート 海藻サラダ／フライビーンズ 秋の香りカレーライス

＊都合により献立内容を変更することがあります。
＊学校給食における県産の米、大豆、野菜、牛肉、豚肉、川魚については、学校給食地産地消推進事業より、県・市・JAグループから補助を受けています。
＊給食食材の一部は、毎月放射能測定を行い、結果を中津川市ホームページに掲載しています。