





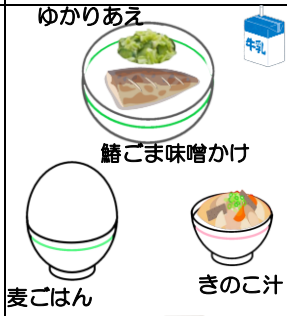


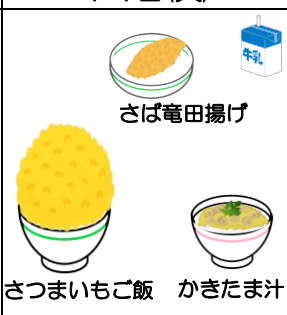
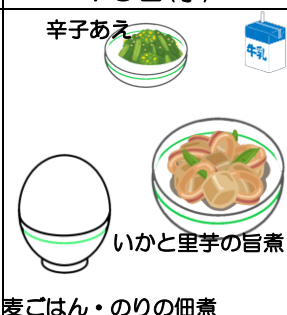
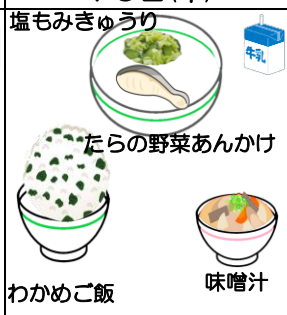


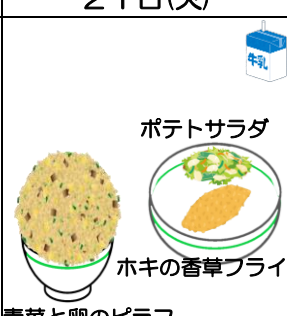
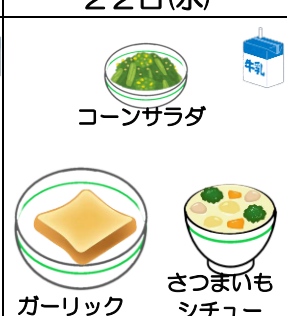

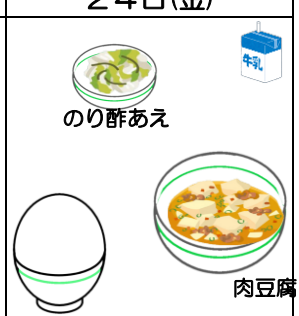

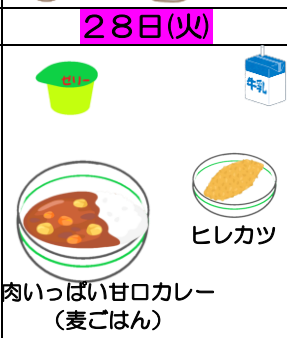





# 10月 盛り付け表

教室掲示用

|  |   |   |  |   |
|--|---|---|--|---|
| <p><b>【お月見献立】</b><br/>10月6日は中秋の名月です。「芋名月」とも呼ばれることから、月見団子汁に里芋をいれています。</p> <p><b>【今月の郷土料理】</b><br/>今月は長崎県の郷土料理を取り入れました</p> <p><b>【図書館コラボ】</b><br/>体育祭も近いことから、スポーツ×食を取り扱う小説、「タスキメシ」から「肉いっぱい甘口カレー」を出します。</p> | <p>1日(水)</p>  <p>旨煮丼 (麦ごはん) 春雨スープ</p>            | <p>2日(木)</p>  <p>和風サラダ 昆布ごはん 鮭のマヨネーズ焼き</p>          | <p>3日(金)</p>  <p>即席漬け 青のりポテト カレーうどん</p>           |   |
| <p><b>6日(月)</b></p>  <p>フルーツポンチ さんまの蒲焼き 月見団子汁 麦ごはん</p>   | <p>7日(火)</p>  <p>ししゃもフライ (2尾) 高菜ピラフ わかめスープ</p>   | <p>8日(水)</p>  <p>磯香あえ 肉じゃが 麦ごはん</p>                  | <p>9日(木)</p>  <p>ゆかりあえ 鯖ごま味噌かけ 麦ごはん きのこと汁</p>      | <p>10日(金)</p>  <p>海藻サラダ ブルーベリー コッペ チキンピーズ</p>            |
| <p>13日(月)</p> <p>スポーツの日</p>    | <p>14日(火)</p>  <p>さば竜田揚げ さつまいもご飯 かきたま汁</p>     | <p>15日(水)</p>  <p>辛子あえ いかと里芋の旨煮 麦ごはん・のりの佃煮</p>     | <p>16日(木)</p>  <p>塩もみきゅうり たら野菜あんかけ 味噌汁 わかめご飯</p> | <p>17日(金)</p>  <p>茹で干し大根 サラダ きびなご磯辺フライ (3尾) ちゃんぽん麺</p> |
| <p>20日(月)</p>  <p>スイートポテトパイ ナポリタン ひじきのマリネ</p>  | <p>21日(火)</p>  <p>ポテトサラダ ホキの香草フライ 青菜と卵のピラフ</p> | <p>22日(水)</p>  <p>コーンサラダ ガーリック トースト さつまいも シチュー</p> | <p>23日(木)</p>  <p>ピリ辛サラダ チャーハン ミートボール スープ</p>    | <p>24日(金)</p>  <p>のり酢あえ 肉豆腐 麦ごはん・ごま塩</p>               |
| <p>27日(月)</p>  <p>みかん トックスープ ビビンバ丼 (焼肉ごはん・ナムル)</p>   | <p>28日(火)</p>  <p>肉いっぱい甘口カレー (麦ごはん) ヒレカツ</p>   | <p>29日(水)</p>  <p>なめだけ和え 生揚げとうずらの味噌煮 麦ごはん</p>      | <p>30日(木)</p>  <p>枝豆サラダ ソイ丼 (麦ごはん) 根菜汁</p>       | <p>31日(金)</p>  <p>フレンチサラダ てりやきチキン パンプキンスープ 子供パン</p>    |