

10月 きゅうしょくカレンダー



おうみはちまんしがっこうきゅうしょくセンター
近江八幡市学校給食センター



今月のめあて

残さず食べよう！！

- ★ 苦手な食べ物も、少しずつチャレンジしてみよう
- ★ 配り残しがないように、配膳の仕方を工夫しよう
- ★ 「食品ロス」を減らす方法をみんなで考えてみよう

【小学校】



1日(金)	
感謝して食べよう	
きゅうりと はるさめのすもの	さけのこうみ だれかけ
3	4
むぎごはん	いりどり
5	6
8日(金)	
はちまんの日	
ごぼうとぎゅうにくの しぐれに	ししゃもの いそべあげ
7	8
むぎごはん	だいこんとあつあげの みそしる
9	10

4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)
食べ物のほたらきを知ろう	みその種類を知ろう	食事の前には手を洗おう	おはしを上手に使おう	はちまんの日
もやしのごうみあえ 1	キャベツの こんぶあえ 2	ポテトサラダ 3	いんげんのかつおあえ 4	ごぼうとぎゅうにくの しぐれに 5
にごはん 6	むぎごはん 7	まぐろの ケチャップがらめ 8	ちくさやき 9	ししゃもの いそべあげ 10
3~4こ		しよくパン 11	きつね うどんじる 12	2び
とうふと わかめのスープ 13	あかだし 14	コンソメスープ 15	さつまいもと くりのタルト 16	だいこんとあつあげの みそしる 17
11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)
目の愛護デーこんだて	魚を食べよう	旬の食材(きのこ)	旬の食材(里いも)	食べ物を大切にしよう(世界食糧デー)
かぼちゃの につけ 18	いそひたし 19	ブロッコリー サラダ 20	ごますあえ 21	きりほししいごん の ツナあえ 22
わふうとうふ ハンバーグ 23	あじフライ 24	とりにくの マーレードやき 25	ぶりの みそだれかけ 26	ぶたにくの からあげ 27
ごはん 28	むぎごはん 29	コッパン 30	ごはん 31	むぎごはん 32
ぶたじる 33	かきたまじる 34	きのこの とうにゅうシチュー 35	さといもの そばろに 36	ビーフンスープ 37
18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)
食育の日・はちまんの日	かみかみの日	食事の環境を整えよう	旬の食材(さつまいも)	和食の日
うのはなに 38	きわかめの きんぴら 39	ツナサラダ 40	バンバンジー サラダ 41	ほうれんそうの おひたし 42
さんまのかばやき 43	いかの しおこうじやき 44	ヨーグルト 45	だいがくいも 46	さわらの かんぎつふうみやき 47
ごはん 48	むぎごはん 49	ポークビーンズ 50	ちゅうかめん 51	ごもくごはん (むぎいり) 52
おこうじる 53	なっとう 54	きなこパン 55	とうにゅう ちゃんぽんじる 56	ゆばの すまじる 57
25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)
大豆製品を知ろう	旬の食材(さば)	いろいろな豆を知ろう	はちまんの日	残さず食べよう(食品ロス削減の日)
もやしときゅうりの わふうあえ 58	ひじきまめに 59	ちゅうかサラダ 60	つぼづけあえ 61	かいそう サラダ 62
あつあげの にくみそがけ 63	さばのしおやき 64	コーンシュマイ 65	こあゆの なんばんづけ 66	かぼちゃ コロッケ 67
1~3年:1こ 4~6年:2こ	むぎごはん 68	1~2年:2こ 3~6年:3こ	ごはん 69	むぎごはん 70
にくみそを かけよう	キャベツの みそしる 71	ごはん 72	しらたまじる 73	りんご 74
ごはん 75				