



10月 給食献立表



平成30年度 【献立の★印は給食ポスのリクエストメニュー】

港区立赤坂小学校

10/1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)
都民の日 	★ハヤシライス コールスローサラダ 菓物 (梨) 牛乳 6年 給食なし	ショートニングパン 怪獣コロッケ ミニトマト バジルドレッシングサラダ ミネストローネ 牛乳	けんちんうどん 大豆と芋の甘辛揚げ 菓物 (りんご) 牛乳	ご飯 鮭のチャンチャン焼き きんぴらごぼう なめこの味噌汁 牛乳
	今日(けふ)の菓物は、長野県でとれた「南水」という品種の梨です。おいしい梨の季節ももうすぐ終わりです。	怪獣コロッケは、コロッケの中(なか)にうずら(うずら)が入(い)っていて、まるで怪獣(かいじゅう)の卵(たまご)のよう(よう)になっています。	人気(にんき)メニュー(メニュー)の甘辛(かんしん)揚げ(揚げ)は、豆(まめ)を唐(から)揚げ(揚げ)にして甘(あま)く味(あじ)付け(つけ)した(した)もので、豆(まめ)嫌い(がい)の人(ひと)でもおいしく食(た)べられ(られ)ます。	秋(あき)はきのこ(きのこ)が旬(しゅん)となる季節(きせつ)ですね。今日(けふ)はツルツル(つるつる)のなめこ(なめこ)が入(い)った味(あじ)噌(そう)汁(じゆ)です。
体育の日 	★麻婆豆腐丼 汁ビーフン 菓物 (梨) 牛乳	広東(かんとう)風(ふう)ラーメン レバー(レバー)とじゃが芋(じゃが芋)の香味(かみ)揚げ(揚げ) 菓物 (ぶどう) 牛乳 目の愛護(あいご)デー	ご飯 骨太(こつた)ふりかけ 玉子(たまご)焼き(焼き)の和風(わふう)あんかけ ごま味噌(ごまみそ)和(わ)え 大根(だいこん)の味噌(みそ)汁(じゆ) 牛乳	ご飯 秋刀魚(あじ)の姿(すがた)煮(に) キャベツ(キャベツ)の即席(いそく)漬(づけ) ★豚汁(とん汁) 牛乳 ラッキー アイテム
	ビーフンは米粉(こむぎ)でできた麵(めん)のことで、小麦粉(こむぎ)でできた麵(めん)よりも、白(しろ)くてやわらかい(やわらかい)のが特徴(ていしやく)です。	今日(けふ)は目の愛護(あいご)デー(デー)なので、自(ま)らに食(た)べたいレバー(レバー)とぶどう(ぶどう)を使(つか)ったメニュー(メニュー)がで(で)ます。残(のこ)さず食(た)べて目(め)を大事(だいじ)にしまし(ま)しょう。	骨太(こつた)ふりかけ(かけ)には、じゃこ(じゃこ)やごま(ごま)などカルシウム(カルシウム)たっ(た)ぶりの食(じ)材(ざい)が使(つか)わ(わ)れて(て)い(い)ます。よ(よ)く噛(か)んで食(た)べて歯(は)と骨(ほね)を強(た)く(たく)しまし(ま)しょう。	今日(けふ)の豚汁(とん汁)には、ラッキーアイテム(アイテム)の人(ひと)参(ま)が入(い)って(て)い(い)ます。誰(たれ)の器(はら)に入(い)る(る)でし(し)ょうか。お楽(たの)しみ(しみ)に。
しめじご飯 生揚げ(なまあげ)の(の)とろみ煮(に) 石狩鍋(いしかい)鍋(かま) 牛乳	ご飯 鯖(さば)のみぞれ(みぞれ)かけ 梅肉(うめ)和(わ)え 真(ま)だくさん(さん)味噌(みそ)汁(じゆ) 牛乳 6年 給食なし	★2種(2種)の豆(まめ)入り(いり)ドライカレー じゃこと海藻(かいそう)の(の)サラダ 菓物 (りんご) 牛乳	ご飯 海苔(のり)の佃煮(てんじゆ) 豆腐(とうふ)と豚肉(とん)の味噌(みそ)炒(炒)め そうめん汁(じゆ) 牛乳 1・2年 給食なし	★ナス(ナス)のピザトースト 洋風(やうふう)玉子(たまご)スープ ブロッコリー(ブロッコリー)サラダ 牛乳
	今日(けふ)は旬(しゅん)のしめじ(しめじ)を使(つか)ったご飯(ごはん)で(で)す。しめじ(しめじ)など(など)のきのこ(きのこ)は、お腹(おはら)の中(なか)を掃(は)き除(ぞ)して、将(しょう)来(らい)ガ(ガ)ン(ガン)など(など)の病(びょう)気(き)に(に)な(な)り(り)に(に)く(く)して(して)くれ(くれ)ます。	今日(けふ)の生(なま)菜(さい)は、薪(かき)を唐(から)揚げ(揚げ)に(に)して、大根(だいこん)おろし(おろし)のタレ(たれ)を(を)か(か)けて(て)いた(いた)だ(だ)く(く)一(ひと)品(ひん)で(で)す。	今日(けふ)のカレー(カレー)には、ひよこ豆(ひよこ豆)とインゲン豆(インゲン豆)が(が)入(い)って(て)い(い)ます。菓物(かぶつ)は蒟蒻(そうじやう)梨(り)県(けん)で(で)と(と)れた(た)ほ(ほ)のか(か)とい(い)う(う)甘(あま)い(い)りんご(りんご)で(で)す。	そうめん汁(じゆ)は長崎県(ながさきけん)の郷土(きょうど)料理(り)で、すまし汁(すまし汁)の中(なか)に(に)そうめん(そうめん)が(が)入(い)った(った)温(ぬる)かい(かい)汁(じゆ)物(ぶつ)で(で)す。
深川めし(東京(とうきょう)都(と)郷(きやう)料(りょう)理(り)) じゃが芋(じゃが芋)とそぼろ煮(に) 豆腐(とうふ)と白菜(ばいさい)の味噌(みそ)汁(じゆ) 牛乳 食(じ)育(いく)の日(にち)(19日)給食	チキンライス コロコロ(コロコロ)サラダ じゃが芋(じゃが芋)のポターージュ 牛乳	あんかけ(あんかけ)焼き(焼き)そば 白菜(ばいさい)とキュウリ(きゅうり)の漬物(つけもの) ★フルー(フルー)ツ(ツ)白玉(はくぎよ) 牛乳 誕(たん)生(せい)日(にち)給食	ご飯 ホキ(ほき)と野(の)菜(さい)のしぐれ煮(に) 磯(いそ)和(わ)え じゃが芋(じゃが芋)と生(なま)揚(あげ)げ(げ)の味噌(みそ)汁(じゆ) 牛乳	メープル(メープル)トースト ツナ(ツナ)コーン(コーン)トースト サ(サ)ーモン(モン)のクラム(クラム)チャウダー ★シー(シー)ザー(ザー)サラダ 牛乳 オリ(オリ)パラ(パラ)給食(カナダ)
	深川(ふかがわ)めし(めし)は東京(とうきょう)都(と)郷(きやう)料(りょう)理(り)で、アサリ(あさり)を炊(炊)き込(こ)んだ(んだ)ご飯(ごはん)の(の)こと(こと)で(で)す。刻(き)みのり(りの)を(を)ち(ち)ら(ら)して(して)いた(た)だ(だ)き(き)ま(ま)し(し)ょう(しょう)。	コロコロ(コロコロ)サラダ(サラダ)は、じゃが芋(じゃが芋)と人参(にんじん)を角(かく)切(き)り(り)に(に)して、コーン(コーン)と枝豆(えだまめ)を(を)入(い)れた(た)彩(いろ)り(り)の(の)良(よ)い(い)人(ひと)気(き)の(の)サラダ(サラダ)で(で)す。	今日(けふ)の誕(たん)生(せい)日(にち)給食(じきじき)は、糖(とう)・りんご(りんご)・パイン(パイン)が(が)入(い)った(った)フルー(フルー)ツ(ツ)白玉(はくぎよ)で(で)お祝(いわ)い(い)です。10月(じゅうがつ)誕(たん)生(せい)日(にち)の(の)みなさん(みなさん)、おめ(め)で(で)とう(とう)ごさ(ごさ)い(い)ます。	和(わ)え物(もの)の中(なか)でも(でも)人(ひと)気(き)の(の)磯(いそ)和(わ)え(え)は、茹(茹)で(で)て(て)冷(ひや)ました(ました)野(の)菜(さい)に(に)刻(き)みのり(りの)と(と)醬(じやう)油(あぶら)を(を)少(すこ)し(し)混(ま)せ(せ)た(た)だけ(だけ)の(の)、簡(かん)単(たん)メ(メ)ニュー(ニュー)で(で)す。せ(せ)い(せい)家(か)でも(でも)作(つく)っ(つ)て(て)み(み)て(て)くだ(くだ)さい。
開化(かい)弁(べん) 芋(いも)団(だん)子(こ)汁(じゆ) 菓物 (柿) 牛乳	赤飯(あかひん) 鱈(たら)の照(て)り(り)焼(や)き じゃが芋(じゃが芋)のきんぴら イチョウ(いちょう)蒲(ふ)鉾(ぼ)のすまし汁(じゆ) 牛乳 開(かい)校(がく)記(き)念(ねん)給食	スバゲティ(スバゲティ)アボリタン じゃが芋(じゃが芋)と野(の)菜(さい)の(の)スー(スー)プ かぼ(かぼ)ち(ち)ゃ(ゃ)の(の)ハロ(ハロ)ウィン(ウィン)マ(マ)フィン 牛乳 ハロ(ハロ)ウィン		
	今日(けふ)の菓物(かぶつ)は和歌山(わかやま)県(けん)で(で)と(と)れた(た)種(たね)無(む)しの(しの)柿(かき)で(で)す。サクサク(サクサク)の食(じ)感(かん)で(で)甘(あま)く(く)て(て)おい(おい)しい(しい)で(で)す。	今日(けふ)は赤坂(あかざか)が開校(かいがく)25周年(25周年)です。開校(かいがく)記(き)念(ねん)の(の)お祝(いわ)い(い)に(に)、ハ(ハ)レ(レ)の(の)白(しろ)に(に)食(た)べ(べ)る(る)赤飯(あかひん)と、イ(イ)チョウ(ちょう)の(の)形(かたち)を(を)した(した)蒲(ふ)鉾(ぼ)が(が)出(で)ま(ま)す。	今日(けふ)はハロウィン(ハロウィン)で(で)す。デザート(デザート)に(に)、かぼ(かぼ)ち(ち)ゃ(ゃ)を(を)つ(つ)ぶ(ぶ)して(して)作(つく)った(った)ハロウィン(ハロウィン)マ(マ)フィン(フィン)を(を)いた(た)だ(だ)き(き)ま(ま)し(し)ょう(しょう)。	

☆ 10月給食目標 ☆ 「食器(じき)を大切に(たいせいに)使(つか)おう」

献立(けんてい)は食(じ)材(ざい)入(い)荷(か)等(とう)の都(と)合(あ)い(い)により、変(へん)更(せい)に(に)な(な)る(る)こ(こ)と(と)が(が)あ(あ)り(り)ま(ま)す。ご理(り)解(かい)とご協(きょう)力(りき)を(を)お願(ねが)い(い)致(いた)し(し)ま(ま)す。

今(いま)月(げつ)の給食費(じきじき)等(とう)の引落(ひきお)し(し)は10/9(火)で(で)す。忘(わす)れ(れ)ず(ず)に前(ま)日(にち)ま(ま)での(の)ご入(い)金(ぎん)を(を)よ(よ)ろ(ろ)しく(しく)お願(ねが)い(い)し(し)ま(ま)す。