10月こんだてひょう

令和4年10月
舞鶴市立岡田小学校

今月の目標　すききらいをせずになんでもたべよう！

※牛乳は毎日つきます

3（月）	4（火）	5（水）	6（木）	7（金）
・鶏つくね ・万願寺甘とうの塩昆布炒め ・厚揚げのみそ汁	・鶏めし ・鰆のマスタード焼き ・かぼちゃのみそ汁	・ポークビーンズ ・かんぴょうサラダ ・ミルクパン	・カレーライス ・フルーツヨーグルト ブルーベリー入り ・福神漬け	・ココア揚げパン ・フレンチサラダ ・野菜スープ 【3年生社会見学】
10（月）	**11（火）**	**12（水）**	**13（木）**	**14（金）**
スポーツの日	・アジと じゃが芋の天ぷら ・きゅうり漬け ・カレー汁　・麦ご飯 【舞鶴引き揚げの日】	・なすと万願寺のミートグラタン ・ウインナーと野菜のスープ ・黒糖パン	・チキンパエリア ・じゃが芋のチーズ煮 ・わかめスープ	・鶏肉の アップルソースかけ ・卵スープ ・規格パン 【6年生体験入学】
17（月）	**18（火）**	**19（水）**	**20（木）**	**21（金）**
・ひじきと万願寺甘とうのピリ辛丼 ・豆腐のみそ汁	・小松菜と鮭の チャーハン ・大豆と煮干しと さつま芋の揚げ煮 ・スーミータン	・シェパードパイ風 ・コーンスープ ・国産小麦パン	・ビビンバ ・トックスープ ・麦ごはん	金曜日はカレーの日 ・野菜たっぷり カレーラーメン ・揚げ餃子 ・イチゴジャム 【5年生社会見学】
24（月）	**25（火）**	**26（水）**	**27（木）**	**28（金）**
・切干大根入り スタミナ丼 ・春雨スープ ・みかん	・さつま芋ご飯 ・鶏の照り焼き ・豚汁	29日 振替休業日	・ロースかつ ・添えキャベツ ・沢煮わん ・麦ごはん	・サゴシの フィッシュバーガー ・ミネストローネ
29（土）	**31（月）**			
・マーボー丼 ・春雨サラダ 【加佐中文化祭】	・おでん ・ししゃもの磯辺揚げ ・かぼちゃプリン ・ご飯			

今月の地産地消

《舞鶴の海から》
11日　アジ
28日　サゴシ

《加佐地域の生産者様から購入した野菜》
かぼちゃ・胡瓜
万願寺甘とう

10月11日に
「引揚げの日の献立」
をします。
給食だよりに詳しく紹介しているので、ご覧ください。

10月10日「目の愛護デー」

目に良い食べ物

6日　ブルーベリー入り　フルーツヨーグルト
◎にんじん・かぼちゃ・ほうれん草などの緑黄色野菜
◎牛乳・たまご・レバー・うなぎ
◎なす・ブルーベリー・ぶどう　など