

がっこうきゅうしやくよていこんだてひょう 学校給食予定献立表

10月

あきおおたちうつがわがっこうきゅうしやくきょうどうちやうりじやう
安芸太田町信賀学校給食共同調理場

材料の都合で、献立を変更することがあります。

(小中のみ) 牛乳は毎日あります。

五感を使って味わい、食事を楽しみましょう

味覚の秋・食欲の秋



舌で味わう味覚



甘味・酸味・塩味・苦味・うま味 (5つの基本味)

目で見る視覚



色・形・大きさ・盛り付け

耳で聴く聴覚



かんだときの音

鼻で嗅ぐ嗅覚



におい・風味

皮膚や口の中で感じる触覚



温度・硬さ・なめらかさ

月	火	水	木	金
<p>5 雑穀ごはん キムチチゲ チャプチェ</p> <p>「あわ」「煮」「炒」など いろいろな料理を 入れて作ります。</p>	<p>6 ごはん じゃがいものチーズ煮 海藻サラダ 果物(りんご)</p> <p>10月は秋のりんごです。 いろいろな品種がとどくかな？</p>	<p>7 五目うどん 牛肉とごぼうのうま煮 焼きプリン (中のみ) おむすび</p> <p>「かつおとごぼうで作る うどんだしがおいしいよ」</p>	<p>1 ごはん レバーとポテトの マリアナソース れんこんとキャベツの ごまサラダ</p>	<p>2 ごはん 鶏の天ぷら 小松菜のおろし和え けんちん汁</p> <p>(小) 給食なし</p> <p>中学校さん 「天ぷらはんばい」</p>
<p>12 スポーツの日</p>	<p>13 ごはん 大豆の磯煮 さつま汁 フルーツヨーグルト</p>	<p>14 吹き寄せごはん 白和え 赤だし</p> <p>秋の味覚を いろいろ炊きこみ ました</p>	<p>8 ごはん さんまの塩焼き 大根おろし 団子汁</p> <p>保サウラです</p>	<p>9 ごはん 鶏肉の バーベキューソースかけ レモン和え 冬瓜汁</p> <p>りんごの皮を 「しょうが」や「みょうろ」を すりおろして作ります</p>
<p>19 ごはん 豚肉とさつま芋の 甘酢炒め ひじきのサラダ</p>	<p>20 ごはん 魚のオリーブオイル焼き 五色和え ミネストローネ</p> <p>(保) 給食なし</p>	<p>21 チャーハン 中華風コーンスープ かつおの三食和え</p> <p>「ちくわで」</p>	<p>15 ごはん すき焼き風煮 しらす和え</p> <p>(小6年のみ) 給食なし</p>	<p>16 ビビンバ 中華風スープ 果物(りんご)</p>
<p>26 エビドリア ひよこ豆の カレースープ 果物(りんご)</p> <p>(中) 代休</p>	<p>27 セルフハンバーガー (ハンバーグ・添野菜) ほうれん草 スープ</p> <p>読者週間に ちばんで 本にある料理を つくります</p>	<p>28 ごはん 里芋のごまみそ煮 鶏肉とマスタードのサラダ</p>	<p>22 ゆかりごはん 秋味シチュー ツナと小松菜の和え物</p>	<p>23 親子丼 春雨の酢の物</p> <p>中学校さん 「ふれあいセンターで給食をいただきます」</p>
			<p>29 ごはん おでん風煮物 ツナとわかめの和え物</p>	<p>30 ごはん ミートソースカップエッグ ブロッコリー かぼちゃスープ</p>