10月 こんだてひょう

2026. 10
南魚沼市学校給食センター

月	火	水	木	金
10月の給食目標 **食べ物の働きについて知ろう**	**10月のおはなし給食** ゆきうさぎのお品書き	★裏面に当日の給食で使用している食品を記載しています。使用食品については裏面でご確認ください。	**1** コーンサラダ ハッシュドチキン （むぎごはん）	**2** マンナンサラダ ホキわふうフライ たまねぎのみそしる
5 六日町小リクエスト のりずあえ とりのからあげ とりだんごじる	**6** じゃこひたし あつあげのにくみそあんかけ こんさいのみそしる	**7** ツナマヨサラダ トマトオムレツ カレースープ こくとうこめこパン	**8** ごぼうサラダ さばのみそだれかけ じゃがたまみそしる	**9** ブルーベリーゼリー ビビンバのぐ（やさいナムル） ビビンバのぐ（にくそぼろ） ビビンバ（ごはん） ちゅうかスープ
12 スポーツの日	**13** むげんにんじんやさいコロッケ にぼうとう	**14** ミニフィッシュ きりぼしだいこんのしおこんぶあえ カレーなんばんじる おおむぎめん	**15** ひじきのいりにやさいはるまき たまふのみそしる	**16** おはなし給食 きゅうりとわかめのすのもの にくじゃが あぶらあげとうふのみそしる
19 はるさめのちゅうかいため あじフィーレフライ とうにゅうじる	**20** だいこんサラダ とうふハンバーグたまねぎソース だいずのデミグラに	**21** ブロッコリーサラダ にくだんごのトマトソース（2こ） ブルーベリージャム コーンポタージュ コッペパン	**22** ヨーグルト おかかあえ あかうおのみりんやき ゆかりごはん わかめのすましじる	**23** 赤石小リクエスト きりざい とりにくのレモンソース なめこじる
26 チーズ もやしのしょうゆフレンチ こんさいカレー（むぎごはん）	**27** もやしのちゅうかあえ あつあげとやさいのみそいため はくさいスープ	**28** ひじきとチーズのあえもの（しるわん） さつまいもとこうやどうふのあげに（ごはんわん） ごもくじる こめこめん	**29** きりぼしだいこんごまあえ とりそぼろしのだに みだくさんじる	**30** ハロウィンデザート かぼちゃとおまめのサラダ やさいとわかめのとうにゅうよせ あさりいりとうふスープ