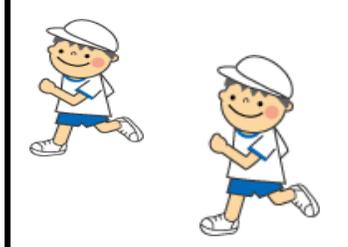


月	火	水	木	金
<p>みのりの秋です。お米をはじめ、野菜や果物、魚など、多くの食べ物が旬を迎えます。給食でも、できるだけ多くの地元産物を使うようにしています。</p> <p>今月使用の地元産物 玉ねぎ、じゃが芋、さつまいも、葉ねぎ、白ねぎ、黒大豆の枝豆、ゆず、にんにく、小松菜、</p> 			<p>1 小パン・牛乳 スティックドッグ スイートポテトサラダ クリームスープ・ミニトマト</p> 	<p>2 ごはん・牛乳 玉ねぎコロッケ 切り干し大根の炒めナムル かきたま汁</p> 
<p>5 ごはん・牛乳 炒り豆腐 焼きシシャモ 小松菜ともやしのおひたし</p> 	<p>6 ごはん・牛乳 呉汁(ごじる) さつまいもと野菜のかき揚げ ほうれん草のごま和え</p> 	<p>7 ごはん・牛乳 すきやき煮 焼きたこ天 キャベツとわかめの酢の物</p> 	<p>8 プチパン・牛乳 皿うどん 揚げぎょうざ フルーツヨーグルト</p> 	<p>9 にんじんごはん・牛乳 たまごとじ煮 チキンレバーマリネ みかん</p> 
<p>13 体育の日</p> 	<p>13 ごはん・牛乳 炒りどり イカときゅうりの酢の物 梅干し・かき</p> 	<p>14 ごはん・牛乳 チャプチェ 蒸しシューマイ わかめスープ</p> 	<p>15 小パン・牛乳 さつまいもシチュー ポークハムと野菜のサラダ 黒大豆の枝豆</p> 	<p>16 栗ごはん・牛乳 サンマのゆずしょうゆ 干草あえ きのこの赤だし汁</p> 
<p>19 カレーライス・牛乳 (麦ごはん) ゆでたまご ほうれん草のアーモンド和え</p> 	<p>20 ごはん・牛乳 とり肉の香味焼き さつまいもと枝豆のごま和え さわ煮わん</p> 	<p>21 ごはん・牛乳 おでん 小松菜とえのきのおひたし 手作りサケふりかけ</p> 	<p>22 小揚げパン・牛乳 八宝菜 ビーフンサラダ みかん</p> 	<p>23 赤飯・牛乳 サケの塩焼き もみじ和え・ぶどうゼリー さつまいもみそ汁</p> 
<p>26 ごはん・牛乳 エビカツ ごぼうサラダ 野菜のトマトスープ煮</p> 	<p>27 ごはん・牛乳 豚肉と大根の煮物 ひじき豆煮 白菜のゆず風味・かき</p> 	<p>28 ごはん・牛乳 サバのゆずみそかけ わかめの酢の物 のっぺい汁</p> 	<p>29 小パン・牛乳 大学芋 手作り肉だんごスープ みかん</p> 	<p>30 減ゆかりごはん・牛乳 かやくうどん かぼちゃのかき揚げ 白菜ともやしのごま和え</p> 