



令和4年10月 中学校給食盛りつけ一覧表



3日（月） 中華サラダ 麦ごはん マーボー豆腐 牛乳 スプーン	4日（火） 蒸しキャベツ 鶏の マーマレード焼き コッペパン キャロット スープ 牛乳 スプーン 修学旅行・校外学習	5日（水） 麦ごはん 牛乳 スプーン	6日（木） 蒸し野菜 鰹とじゃが芋の ピリ辛和え 麦ごはん 大根と 昆布の煮物 牛乳 スプーン	7日（金） ぶどう ヨーグルト ツナそぼろ ごはん お月見汁 牛乳 スプーン
10日（月） スポーツの日 麦ごはん 牛乳 スプーン	11日（火） コールスロー サラダ 黒糖パン ビーンズ シチュー 牛乳 スプーン	12日（水） もやしと小松菜の おかか和え 鯖の香味焼き 麦ごはん めかぶ汁 牛乳 スプーン	13日（木） 中華飯 麦ごはん ふかし芋 牛乳 スプーン	14日（金） 蒸しキャベツ 豆腐の ねぎソースかけ 2個 麦ごはん 鶏肉と 野菜の 生姜炒め 牛乳 スプーン
17日（月） あらめの ナムル風サラダ 麦ごはん キムチ炒め 牛乳 スプーン	18日（火） スパゲティ サラダ コッペパン チキンの クリーム煮 牛乳 スプーン	19日（水） 小松菜のひたし しいらの 青のりフライ 麦ごはん 僧兵汁 牛乳 スプーン	20日（木） 切干大根の ごま和え 麦ごはん 鶏すき煮 牛乳 スプーン	21日（金） みかん 豚肉の しぐれ煮 ごはん 秋の香り汁 牛乳 スプーン
24日（月） 和風 ツナサラダ わかめ ごはん 豚肉と 大根の 煮物 牛乳 スプーン	25日（火） ミニトマト チキンの レモン揚げ 2切れ いちごジャム コッペパン キャベツ スープ 牛乳 スプーン	26日（水） 豚肉 ビビンバ 麦ごはん フォーと 野菜の スープ 牛乳 スプーン	27日（木） 蒸し野菜の磯香和え 鯖の塩焼き 麦ごはん さつま汁 牛乳 スプーン	28日（金） 蓮台寺柿入り フルーツ ポンチ 福神漬 麦ごはん 手作り ポークカレー 牛乳 スプーン
31日（月） 文化祭代休	7日 十三夜 十三夜は旧暦の9月13日～14日の夜のことで、令和4年は10月8日になります。十三夜は十五夜のように美しい月を愛でる日です。十五夜は満月、十三夜は少し欠けた月を見て楽しめます。 豆や栗の収穫期にあたることから、「豆名月」、「栗名月」ともいいます。十五夜と同じくすすきや月見団子をお供えします。 このことにちなみ、7日の給食では、白玉団子を入れたお月見汁をだす予定です。			秋の味覚 秋と言えば、「食欲の秋」です。秋に旬を迎える食べ物には、きのこ・さつま芋などがあります。 13日のさつま芋の日にふかし芋を提供します。 28日の給食には、伊勢近郊産の「蓮台寺柿」をフルーツポンチに入れて提供します。 ほかの日にも秋の味覚をとりいれているので、みなさん探してみてくださいね。

食器太い線 = 大わん（ピンク）

細い線 = 小わん（ブルー）

点線 = 浅い皿（パン皿）

二重線 = 大皿（カレー皿）

長い点線 = 深皿（グリーン）

スプーン はし =

食器は、よく確かめて盛りつけましょう