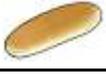
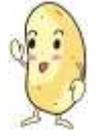
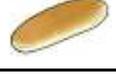
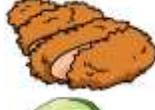
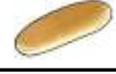




10月こんだてひょう

R4,舞鶴市立新舞鶴小学校

| | | | | |
|---|---|---|--|--|
| <p>3(月) </p> <p>ごはん ひじきとまんがんじの ピリからどん 豆腐のみそ汁 くひじきと万願寺のピリ辛丼 豚肉、万願寺あまとう、にんじん、ひじき等たくさん具が入っています。</p> | <p>4(火) </p> <p>こまつなとじゃこの チャーハン ちくわの磯辺揚げ スーミータン  </p> | <p>5(水)</p> <p>運動会8日(土)の振休 8日土曜日の運動会はお弁当をお願いします。  </p> | <p>6(木) </p> <p>むぎ 麦ごはん・きゅうり漬け アジの天ぷら  カレー汁  「舞鶴援護局おもてなし」 引揚者にふるまったごちそうです。砂糖や肉をたくさん使っていました。カレー汁も砂糖が多く入っていて甘い汁です。</p> | <p>7(金) </p> <p>セルフドック (ウインナー キャベツ) わかめスープ ＜セルフドック＞ オープンで焼いたウインナーと炒めた野菜をパンにはさんでたべます。</p> |
| <p>10(月)</p> <p>スポーツの日   10月10日 目の愛護デー</p> | <p>11(火) </p> <p>チキンパエリア じゃがいものチーズ煮 たまご 卵スープ ＜パエリア＞ スペイン東部、バレンシア地方発祥の米料理です。</p> | <p>12(水) </p> <p>こくとう 黒糖パン なすとまんがんじの ミートグラタン ウインナーと やさいのスープ  </p> | <p>13(木) </p> <p>カレーライス(むぎ 麦ごはん) フルーツヨーグルト ふくじんづ 福神漬  </p> | <p>14(金) </p> <p>パン  サゴシの フィッシュバーガー ミネストローネ ＜フィッシュバーガー＞ 舞鶴で水揚げされたサゴシにパン粉をつけて油で揚げます。手作りのソースをかけています。</p> |
| <p>17(月) </p> <p>ごはん  とりにくのおつくね まんがんじあまとうの しおこんぶいため あつあげのみそ汁  </p> | <p>18(火) </p> <p>とり 鶏めし しろみぎかな 白身魚のピリ辛焼き じゃがいものみそ汁 ＜白身魚のピリ辛焼き＞ にんにく、土ショウガ、砂糖、しょう油、酒、豆板醤、リンゴピューレを合わせ魚を漬けてオープンで焼きます。</p> | <p>19(水) </p> <p>こくさんこむぎ 国産小麦パン シェパードパイ風 コーンたまご 卵スープ  </p> | <p>20(木) </p> <p>むぎ 麦ごはん  とんかつ  さわらん 沢煮椀 ＜沢煮椀＞ 数多くの食材を細く切った汁ものです。「沢」には「沢山の」という意味があります。</p> | <p>21(金) </p> <p>こがな 小型パン・イチゴジャム やさいたっぶり みそラーメン だいずとにぼしと さつまいものあげに   </p> |
| <p>24(月) </p> <p>ぎょうざ ぎょうざ丼 トックスープ  みかん ＜トックスープ＞ トックは韓国のおもちです。白菜、にんじん、にらなどの入ったスープです。</p> | <p>25(火) </p> <p>ごもく 五目ごはん とり 鶏の照り焼き さつまい 汁 ＜五目御飯＞ 鶏肉、干しいたけ、ごぼう、にんじん、油揚げが入ったごはんです。5種類に限るというわけではなく、多彩な具のことを五目と呼びます。</p> | <p>26(水) </p> <p>あじつ 味付けパン クリームシチュー コールスローサラダ パンプキンプリン  </p> | <p>27(木) </p> <p>むぎ 麦ごはん きりぼしだいこんいり スタミナどん はるさめ 春雨スープ ＜切干大根入りスタミナ丼＞ 切干大根、ごぼう、にんじん、ほうれん草、牛肉をごま油で炒めて、甘辛く味付けています。ご飯にのせて丼ぶりにして食べます。</p> | <p>28(金) </p> <p>ココア揚げパン フレンチサラダ  野菜スープ ＜ココア揚げパン＞ ココア揚げパンは子どもたちに人気のメニューです。パンを油で揚げてココアパウダーをまぶします。</p> |

| |
|---|
| <p>31(月) </p> |
| <p>ごはん・ふりかけ</p> |
| <p>おでん </p> |
| <p>シシャモの香味揚げ </p> |

10月のもくひょう
たべもののしゅんをしよう

10月7日は「舞鶴引き揚げの日」です。
10月6日の給食では、舞鶴援護局で引揚者の方に提供されていた食事を再現しています。
詳しくは10月の給食だよりに載せています。

5年生 野外活動
27日(木)
28日(金)





