



10月のこんだて

町田市立町田第二小学校

日	曜日	献立名	牛乳	ラ ン チ	日	曜日	献立名	牛乳	ラ ン チ
1	火	メンマいもちだのやきぶたチャーハン ワンタンスープ ちゅうかあえ	○		17	木	しょうゆラーメン いそかあえ ちゅうかむしパン	○	
2	水	しゃんはいやきそば やさしいマヨネーズあえ みかん	○		18	金	キムたくごはん とうふとたまごのスープ あおのいビーンズ	○	
3	木	さんまごはん さつまいものとんじる はいはいづけ	○		21	月	あぶたまごん けんちんじる みそドレッシングサラダ	ジ ョ ア	
4	金	ビビンバ あおのいポテト たまごスープ	○		22	火	ほうとう いかのしょうがやき さつまめサラダ みかん	○	
7	月	むぎごはん マーボーどうふ しゃきしゃきいもナムル りんご	○		23	水	カレーライス コーンサラダ ぶどうゼリー	○	
8	火	げんまいごはん ほっけのみりんやき みそしる こまつなときほしだいこんのごまあえ	○		24	木	げんまいごはん チキンチキンごぼう おかかあえ てつぶんたっぴいみそしる	○	
9	水	ガーリックトースト チキンビーンズ グリーンサラダ	○		25	金	むぎごはん スンドゥフ やきししゃも はるさめいナムル	○	
10	木	げんまいごはん とりにくのアップルソースがけ くまわかめのきんぴら ぐだくさんスープ	○		28	月	げんまいごはん のいのつくだに ゆずしおにくじゃが きのこやさしいあえもの みかん	○	
11	金	ガパオふうライス パリパリサラダ みかん	○		29	火	ちゅうかどん こまつなとひじきのナムル みかん	○	
15	火	ターメリックライスシーフードソースがけ ツナサラダ みかん	○		30	水	ミルクパン さかなのエスカベッシュソースがけ ビーフンスープ りんご	○	
16	水	こうやどうふのそぼろごはん ちくさやき だいこんのあまずづけ さつまいものみそしる	○	からっぽしょう	31	木	きのこの和風スパゲッティ ハロウィンケーキ だいこんサラダ	白 ぶ ど う ジ ュ ー ス	

10月の給食指導目標
よくかんで食べましょう。

