

# 令和元年10月 \*給食カレンダー\*

《鳴滝高等学校夜間部》

今月は秋(旬)の食材を使用した献立を提供しました!

月平均エネルギー：862kcal

月	火	水	木	金
	 <p>1 チキンカレー(麦飯) コールスローサラダ アセロラゼリー 牛乳</p>	 <p>2 ご飯 油淋鶏 中華和え ワンタンスープ 牛乳</p>	 <p>3 そばろご飯(麦飯) 根菜サラダ だご汁 牛乳</p>	 <p>4 ご飯 揚げ餃子 パンサンスー 中華風コーンスープ 牛乳</p>
	 <p>7 ご飯 肉団子の旨辛煮 ブロッコリーのおかか和え のっぺい汁 牛乳</p>	 <p>8 【フランス料理】 コンソメピラフ 白身魚のプロヴァンス風 パイザンヌスープ 牛乳</p>	 <p>9 ご飯 揚げ出し豆腐 パリパリサラ ダ キノコのみそ汁 牛乳</p>	 <p>10 ご飯 鮭の塩焼き(レモン) れんこんの旨煮 にゅうめん 牛乳</p>
	 <p>15 ご飯 さんまの甘露煮 ブロッコリーと卵のサラダ ほうとう汁 牛乳</p>	 <p>16 麦ご飯 里芋の旨煮 炒り豆腐 大根のみそ汁 牛乳</p>	 <p>17 ご飯 秋野菜のシチュー シーザーサラダ 牛乳</p>	 <p>18 ご飯 オムレツ 野菜ソテー かぼちゃスープ 牛乳</p>

21



ご飯 千草焼き 浦上そぼろ  
さつま汁 牛乳

22



23



ハヤシライス (麦飯)  
ごぼうサラダ りんご 牛乳

24



麦ご飯 麻婆豆腐 太平燕  
牛乳

25



【宮崎県メニュー】  
ご飯 チキン南蛮 三食野菜のナムル  
白玉汁 牛乳

28



ご飯 さばの竜田揚げ 大根サラダ  
厚揚げと玉ねぎのみそ汁 牛乳

29



麦ご飯 青椒肉絲  
うずら卵のスープ 牛乳

30



親子丼 白菜のゆかり和え  
つみれ汁 牛乳

31



【ハロウィンメニュー】  
クリームスパゲティ コールスローサラダ  
コンソメスープ かぼちゃプリン 牛乳

