

10月のメニュー

月 松山給食センター 3日	火 オレンジフーズ 4日	金 オレンジフーズ 7日
味付けパン 肉団子トマト煮 ブロッコリーソテー 白菜うま煮 マカロニサラダ 牛乳・豆乳	ご飯 ふりかけ ボイルカリフラワーのカレー風味 ハンバーグのケチャップかけ 水晶昆布とさつま揚げの旨煮 しゅうまい みかん缶 牛乳・豆乳	午 前 保 育
10日	11日	14日
スポーツの日	振 替 休 日	カレーライス オレンジジュース ☆スプーン・スモック 忘れないでね
17日	18日	21日
味付けパン せんざんき オムレツ 胡瓜和え ミートソーススパゲティ 牛乳・豆乳	ご飯 ふりかけ 野菜ソテー からあげ 糸コンとちくわ煮 ブロッコリーボイル みかん缶 牛乳・豆乳	遠足予備日 お母さん弁当 忘れないでね。
24日	25日	28日
味付けパン エビカツ ミートソーススパゲティ 白菜サラダ しゅうまい 牛乳・豆乳	ご飯 ふりかけ スパケチャ エビカツ さつま揚げと野菜のソテー ちくわの照り煮 南瓜のコロコロサラダ 牛乳・豆乳	遠足予備日 お母さん弁当 忘れないでね。
31日	子どもと新米を炊いてみよう 米を炊くのはもっともシンプルな調理。それでいて、ごはんは食事の主役となるため、炊飯は家庭での親子クッキングにおすすめ。まずは、ボウルの中にぎらを入れ、その中に米を入れて、いっきに水を加えて軽くかき混ぜます。水が白くなっている点に着目。その後は「ゲルゲルギュッ」と、手のひらで研ぐ手本を見せます。炊飯器ではなく、お鍋で炊く様子を見せても楽しいですね。	
味付けパン 豆腐ハンバーグ スパゲッティサラダ 卵とじ 白菜昆布和え 牛乳・豆乳		