



10月きゅうしょくはいぜんず



月		火		水		木		金											
3	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>バナナ</div><div>ぎんがむてきの チヨイからスープ レツト&レツト iinくりはら</div><div>ピビンパどん</div></div>	4	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>イタリアン サラダ</div><div>ソフトパン</div><div>とりにくの クリームソースかけ ぐだくさんの ぬまえびをつかった オリジナル コンソメスープ</div></div>	5	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>りんご</div><div>はくさいの おかかあえ</div><div>ごはん</div><div>ささかまの にしょくあげ</div><div>なすの みそしる</div></div>	6	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>レモンゼリー</div><div>さといもの ごまみそに</div><div>ごはん</div><div>あじの しおこうじやき</div><div>はっとじる</div></div>	7	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>ブロッコリー ソテー</div><div>ハヤシライス (ターメリックライス)</div><div>フルーツの ヨーグルトあえ</div></div>	栗原産の大根・れんこん・にら 入ったスープです。献立表の下の お知らせも読んでね。									
10	秋休みも 「はやね・はやおき 朝ごはん」を！		11	伊豆沼では、沼えびがとれます。 おもちにからめたり、お浸しに かけたりします。みなさんは食べた ことがありますか？		12	笹かまは宮城県の特産品で、塩 釜や石巻にかまぼこ工場が多く あります。		13	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>かき</div><div>こまつなの いそかあえ</div><div>くりごはん</div><div>さんまの かんろに</div><div>あぶらふの みそしる</div></div>	14	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>だいこん サラダ</div><div>ぎゅうどん</div><div>わかめの みそしる</div></div>	今日から二学期のスタートです。 「はやね・はやおき・朝ごはん」で 元気に登校しましょう！		【高等部現場実習 応援メニュー】 来週からの実習がんばってくだ さい♪応援してます！				
17	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>ヨーグルト</div><div>れんこんの きんぴら</div><div>ごはん</div><div>さかなの ホイルやき</div><div>だいこんの みそしる</div></div>	18	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>りんごサラダ</div><div>しよくパン (いちごジャム)</div><div>てぶくりにくだんご (小2こ 中高3こ)</div><div>コーンスープ</div></div>	19	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>あじつけのり</div><div>だいこんと ぶたにくの にも</div><div>ごはん</div><div>ちぐさやき</div><div>けんちんじる</div></div>	20	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>さつまいもサラダ</div><div>かきあげ</div><div>ごもくうどん</div></div>	21	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>すきこんぶの にも</div><div>まいたけ ごはん</div><div>くりコロッケ</div><div>はくさいの みそしる</div></div>	高等部 現場実習 ヨーグルトはカルシウムが豊富 で、骨や歯をじょうぶにします。		高等部 現場実習 給食の前と後、そしてトイレの後 にもしっかり手をあらいましょ う。		高等部 現場実習 小学部 校外学習 はしを使う、のりをごはんにつ けるかな？チャレンジしてみ てね。		高等部 現場実習 さつまいもは食物せんいが豊富 です。おなかの掃除をしてくれ ます。		高等部 現場実習 くりが入ったコロッケです。形が かわいいですよ。	
24	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>りんご</div><div>だいこんと あつあげの</div><div>ごはん</div><div>とりにくの にらみそやき</div><div>じゆがいも みそしる</div></div>	25	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>マカロニ サラダ</div><div>ピザトースト</div><div>ミネストローネ</div></div>	26	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>オレンジ</div><div>まめもやしの ナムル</div><div>ごはん</div><div>てぶくり ぎょうざ</div><div>ごまみそやさい スープ</div></div>	27	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>かぶと はくさいの あさづけ</div><div>あぶらふどん</div><div>とんじる</div></div>	28	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>なっとう</div><div>ひじきの にも</div><div>ごはん</div><div>さばのみそに</div><div>もやしの みそしる</div></div>	高等部 現場実習 りんごは涼しい気候を好む果物 です。今回は栗原産のりんごで す。		高等部 現場実習 ピザには、たまねぎ、ピーマン、 ベーコン、チーズがのってい ます。		高等部 現場実習 ぎょうざは、一つひとついい につつましました。		高等部 現場実習 中学部 修学旅行 校外学習 油ふ井は、登米市の郷土料理で す。		高等部 現場実習 中学部 修学旅行 目分ぐ、なつとつのノタをあ けて、かきまぜることができる かな？	
31	<div><div>ぎゅうにゅう</div><div>かぼちゃ プリン</div><div>オレンジパイ</div><div>まめまめサラダ</div><div>あきやさいの シチュー</div></div>	<div><div>秋が旬の 食べ物</div><div><div>サンマ</div><div>サケ</div><div>新米</div><div>かき</div><div>りんご</div><div>さつまいも</div><div>くり</div><div>まつたけ</div></div><div>ほかにはどんな食べ物があるかな？</div></div>								10月30日はハロウィンです。 大きなカボチャをでか化けラン タンを作ったり 仮装を楽しみ ます。									