

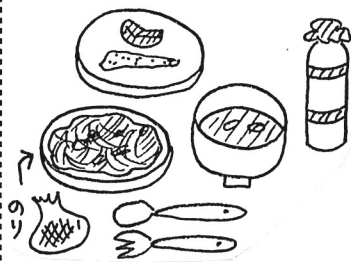
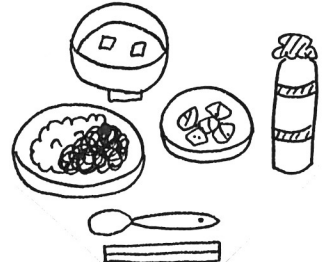


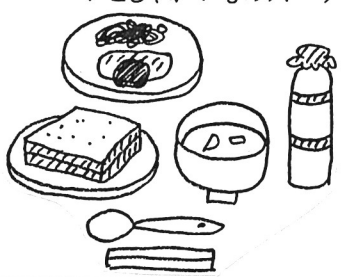
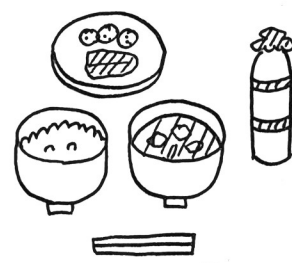
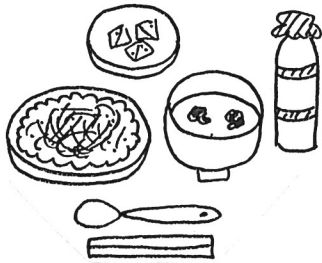

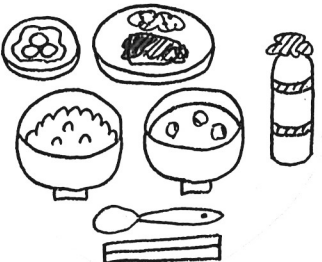
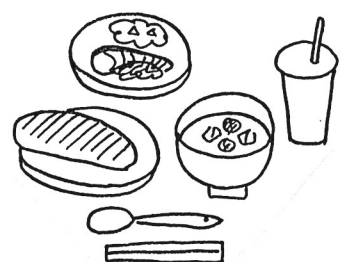
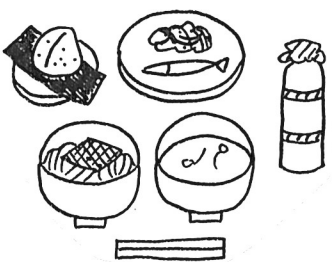
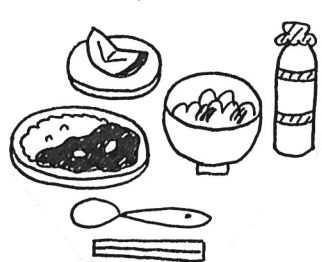

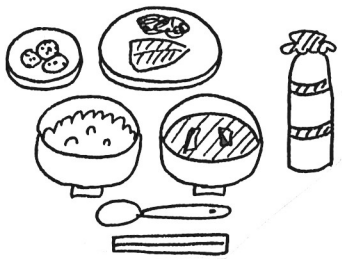
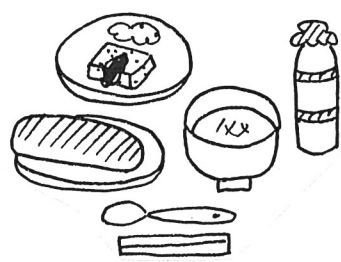
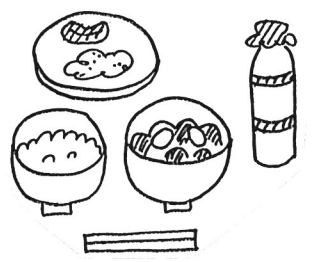
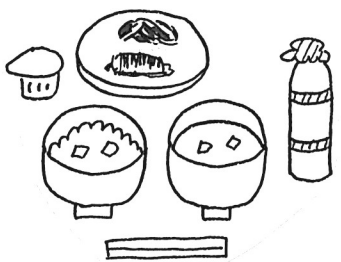

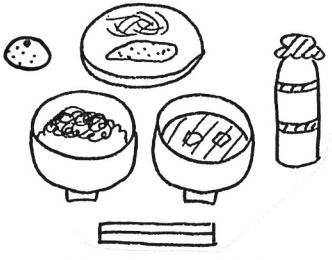
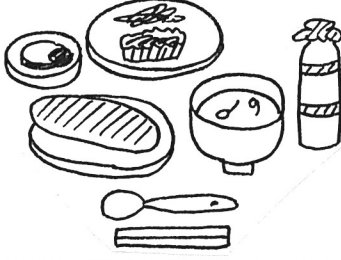
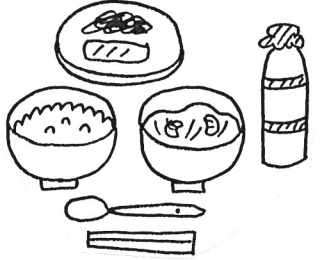



月	火	水	木	金
1 うんどうかい だいきゅう 	2 うんどうかい よびび 	3 きのこスパゲティー とりささみのスパイシーあげ みそスープ かき ぎゅうにゅう 	4 ドライカレーライス ぎゅうにゅう あげじゃが ナタデココフルーツ 	5 うんどうかい だいきゅう 
8 たいいくのひ 	9 ライおぎしょくパン ぎゅうにゅう ポークソテー・トマトソース ほうれんそうとコーンのソテー ベーコンとじゃがいものスープ 	10 ごはん ぎゅうにゅう あじのうめに さといものごまあえ さつまじる 	11 ピビンバ ぎゅうにゅう わかめスープ だいがくいも 	12 ぎゅうしょくセンターがっすります! おべんとうきゅうしょく 
15 ごはん ぎゅうにゅう さばのみそに はくさいのそくせきつけ うちまめのおつゆ くるみもち 	16 コッペパン はっこうにゅう さけのきのこソースがけ ポテトサラダ だいこんとソーセージのスープに 	17 きつねうどん おにぎり ぎゅうにゅう ししゃもてんぷら チンゲンサイのピーナッツあえ 	18 ビーンズカレーライス ぎゅうにゅう ツナとキャベツのサラダ りんご 	19 コッペパン ぎゅうにゅう とりクリームに はなやさいのサラダ オレンジ 
22 ごはん ぎゅうにゅう ほっけのいちやぼし ばいにくあえ わらびもち さつまいものみそしる 	23 コッペパン ぎゅうにゅう スパニッシュオムレツ やさしいため はくさいスープ 	24 ごはん ぎゅうにゅう おでん はくさいのじゃこあえ かき 	25 さつまいもごはん ぎゅうにゅう さんまのしょうがに ほうれんそうのおひたし ゆばのすまじる メロンミニゼリー 	26 アップルパン ぎゅうにゅう タンドリーチキン ももミニゼリー ごぼうのごまマヨあえ レタスとたまごのスープ 
29 タラコふりかけごはん ぎゅうにゅう ささみのてんぷら みかん きりぼしだいこんのもの キャベツとあつあげのみそしる 	30 コッペパン ぎゅうにゅう ホウレンソウのグラタン キノコのスープ ゴボウとベーコンのようふうきんぴら さつまいものキャラメルソース 	31 ごはん ぎゅうにゅう はっぼうさい いかのてんぷら ほうれんそうとえのきのあえもの 	<p>今が旬! さつまいも</p> <p>秋に美味しいさつまいもは、火焼きいもやふかしいもはもちろん、色々な料理に使ってもホクホク甘くておいしいですね。10月は5回給食に出ます。さがつまよう!</p> <p>便秘解消 高血圧予防</p> <p>ビタミンC カリウム</p> <p>食物繊維</p> 	

月 火 水 木 金

Table for days 1-5. Day 1: 運動会代休. Day 2: 運動会予備日. Day 3: きゅうにゅう. Day 4: ごはん(M), きゅうにゅう. Day 5: 運動会代休. Includes illustrations of a character and a fish.

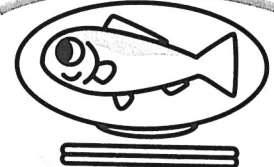
Table for days 8-12. Day 8: 体育の日. Day 9: ライ麦食パン, きゅうにゅう. Day 10: ごはん(M), きゅうにゅう. Day 11: ごはん(M), きゅうにゅう. Day 12: ごはん, 梅干し, ふりかけ, きゅうにゅう. Includes illustration of a character.

Table for days 15-19. Day 15: ごはん(S), きゅうにゅう. Day 16: コッペパン, はこ餅. Day 17: おにぎり, きゅうにゅう. Day 18: ごはん(M), きゅうにゅう. Day 19: コッペパン, きゅうにゅう. Includes illustrations of a character and a fish.

Table for days 22-26. Day 22: ごはん(M), きゅうにゅう. Day 23: コッペパン, きゅうにゅう. Day 24: ごはん(M), きゅうにゅう. Day 25: きゅうにゅう. Day 26: アップルパン, きゅうにゅう. Includes illustrations of a character and a fish.

Table for days 29-31. Day 29: ごはん(M), きゅうにゅう. Day 30: コッペパン, きゅうにゅう. Day 31: ごはん(M), きゅうにゅう. Includes illustrations of a character and a fish.

さかなをたべよう



10月はスチームオーブンで調理する煮魚の新メニューがたくさん登場します。骨に気をつけて食べて下さいね!

学校給食食材の放射性物質検査結果について

9月に使用した、ブロックリーとトウモロコシ(北海道産)および、9月6日の給食まるごと1食分を府立公衆衛生研究所で検査してもらった結果、放射性物質は検出されませんでした。



詳しい結果は大阪府ホームページに掲載されています

【栄養三色】 黄: ちからや熱になる(炭水化物、脂肪) 赤: ちからをつくる(たんぱく質、ミネラル) 緑: ちからの調子をととのえる(ビタミン、ミネラル、食物繊維) ★印は千早赤阪村産、☆印は河内町産です。 ※材料入荷の都合などにより内容を変更する場合があります。ご了承ください。