



[令和2年度]

10月の予定献立表



日	曜	献立名
1	木	里芋ご飯、秋刀魚の塩焼き、味噌汁、月見団子
2	金	ご飯、味噌かつ、具だくさん汁
5	月	ご飯、鶏肉のイタリアン焼き、ポテトソテー、トマトと大豆のスープ
6	火	ご飯、酢豚、中華サラダ、にら玉スープ
7	水	ご飯、ポークチャップ、切り干し大根のソテー、南瓜スープ
8	木	そばろ親子丼、しゃきしゃきポテサラ、味噌汁
9	金	ご飯、鯖の味噌煮、さつま芋の煮物、すまし汁
12	月	麻婆丼、春雨スープ
13	火	ご飯、ピザバーグ、コーンサラダ、ひよこ豆とうずら卵のスープ
14	水	カレーライス、サラダ
15	木	変わりビビンバ、わかめスープ
16	金	豚丼、けんちん汁
19	月	ご飯、肉豆腐、厚焼き卵、たくあん和え
20	火	ツナマヨ丼、キャベツと卵のスープ
21	水	ご飯、コロッケ、クリームスープ、ミックスフルーツ
22	木	ハヤシライス、じゃがいものサラダ
23	金	五目ご飯、豚汁
26	月	ご飯、厚揚げのオイスターソース煮、焼売、つみれ汁
27	火	ご飯、豚肉のくわ焼き、ほうれん草の和え物、たぬき汁
28	水	ナポリタンスパゲティー、コンソメスープ、アシドミルク
29	木	豚肉ときのこの甘辛丼、味噌汁
30	金	 ピラフ、パンプキンハートコロッケ、カレースープ 

* 牛乳は毎日つきます。
* 予定が変わる場合もあります。

季節の食べもののクイズ

～10月～

かぼちゃ



10月31日は「ハロウィン」です。ハロウィンはもともとはヨーロッパの収穫祭でした。近年、日本でもテーマパークなどで取り上げられるようになってから地域でもイベントなどが開催されるようになりました。



Q. 次の中で、実際にはないかぼちゃの種類はどれでしょう。

- ① 坊ちゃんかぼちゃ
- ② ゆうれいかぼちゃ
- ③ そうめんかぼちゃ



答えは食堂で見てね！