



月	火	水	木	金	
2 牛乳 ごはん 白菜といもちのスープ マーボー豆腐 もやしの中華あえ	3 牛乳 ごはん みそこんラーメン汁 鶏肉の照り焼き 磯マヨサラダ 小6欠食	4 牛乳 黒糖パン ベーコン入り野菜スープ ホキのマヨネーズ焼き コーン入りサラダ 小6欠食	5 牛乳 ごはん もやしのスープ ショーロンポウ かみかみサラダ 小6欠食	6 牛乳 ごはん 鶏肉と野菜のスープ ホキの包み揚げ はるさめサラダ 小学校欠食	
9 スポーツの日	10 牛乳 ごはん 豆腐のみそ汁 ちくわのかば揚げ まぜっこサラダ 小学校欠食	11 牛乳 丸パン オニオンスープ チーズハンバーグ コールスローサラダ 小学校欠食	12 牛乳 ごはん じゃがいものみそ汁 肉どんぶりの具 ツナサラダ	13 牛乳 ごはん 鶏肉のすまし汁 さんまのみぞれ煮 野菜のごまあえ	
16 牛乳 ごはん わかめスープ 厚揚げと豚肉のみそ炒め なめたけあえ	17 牛乳 ごはん 美だくさんのみそ汁 わさびコロツケ 大豆のサラダ	18 牛乳 キャロットパン チンゲン菜のスープ スタッフドポテト キャバツのサラダ りんご 中1欠食	19 牛乳 ごはん 卵スープ 油淋鶏 だいこんサラダ 中1欠食	20 牛乳 ごはん ポークカレー ロングウイナー 海藻サラダ	
23 牛乳 ごはん 油揚げのみそ汁 卵そぼろ 野菜のおかかあえ	24 牛乳 ごはん 中華スープ 酢豚 切り干し大根のサラダ	25 牛乳 米粉パン コーンスープ 鶏肉のマスタード焼き 糸寒天サラダ 小5欠食	26 牛乳 ごはん 豚汁 さばのうま煮 もやしのささみあえ	27 牛乳 キムタクごはん はるさめスープ 鶏肉の山賊揚げ のり酢あえ 中学校1年生希望献立	
30 牛乳 ごはん 白菜のスープ 豆腐のふんわりハンバーグ 枝豆サラダ 小学校欠食	31 牛乳 ごはん 白菜のそぼろ汁 肉じゃが じゃこあえ	<p>朝ごはん 毎日野菜 プラスして みんなで食べると 元気がアップ!</p>			<p>かみかみ食材を使った献立</p> <p>具だくさんみそ汁</p> <p>季節を味わう献立</p>

※ 行事は、変更になる場合があります。ご了承ください。



10月は「食品ロス削減月間」



10月は「食品ロス削減月間」です。食品ロスとは「食べられるのに捨てられてしまう食べ物」のことです。日本では、年間522万トン(※)が捨てられ、これは国民1人あたり、ごはん茶碗1杯分の食べ物を毎日捨てていることになるそうです。今月は、食品ロス削減献立として、18日のりんごは、皮まで食べられる食材として使用します。松本市のホームページでも食品ロス削減の取り組みが紹介されています。(※)農林水産省及び環境省 食品ロス量令和2年度推計値

むだにしない。したくない。減らそう 食品ロス



「もったいない」の心を忘れずに、未来に向けて出来ることを見つけ、一人一人取り組んでいきましょう。

