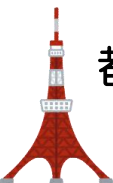
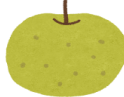


令和6年度 10月献立表

都立小金井工科高等学校

月	火	水	木	金	土
30	1	2	3	4	5
	 都民の日	牛乳 ご飯 大根・玉葱・カブのみそ汁 鶏肉のごま照り焼き 野菜のポン酢和え みそポテト	牛乳 メキシカンライス  イタリアンスープ 3色ソテー バイクドチーズケーキ	牛乳 ご飯 華風かきたまスープ デジプルコギ キムチ入りナムル	この週の 予約締切日は 9月19日(木)
7	8	9	10	11	12
牛乳 ご飯 肉団子と春雨のスープ 生揚げのピリ辛きのこあん パンサンスー りんごゼリー	牛乳 ツナライス コーンスープ グリーンサラダ カフェオレゼリー 	牛乳  さんまのひつまぶし風 すまし汁 干草焼き 野菜のさっぱりあえ 肉じゃが	牛乳 ご飯  野菜スープ ポークチャップ グリル野菜 ほうれん草のソテー パンナコッタ ブルーベリーソース	牛乳  ご飯 豚汁 鮭の照り焼き おかか和え 大根と厚揚げの煮物	この週の 予約締切日は 9月26日(木)
14	15	16	17	18	19
スポーツの日 	牛乳 栗ご飯  月見汁 はすのはさみ揚げ キャベツのごま和え 柿	牛乳 チャーハン ビーフンスープ 白菜の甘酢あえ さつま芋のごま団子	牛乳 カレーうどん ひじきのサラダ ヨーグルト・ポムポム	牛乳 ご飯 じゃが芋とわかめのみそ汁 鶏肉の香味焼き 小松菜とえのきのおひたし さつま芋のレモン煮	この週の 予約締切日は 10月3日(木)
21	22	23	24	25	26
牛乳  ご飯 豆腐ときのこのみそ汁 豚肉の生姜焼き 付け合わせ野菜 じゃがいもの五目炒め	牛乳 ご飯  さつま汁 ししゃもフライ 野菜の辛子醤油 大根と竹輪の炒め煮	牛乳 中華丼 ワカメと豆腐のスープ きゅうりのピリ辛漬け パイナップルゼリー 	牛乳  ご飯 具たくさん味噌汁 かれの唐揚げおろしあん おひたし 炒り豆腐	牛乳 ドリア パスタ入りスープ ジャーマンポテト りんご 	この週の 予約締切日は 10月10日(木)
28	29	30	31	1	2
振替休日 	牛乳 きのこご飯 けんちん汁 魚の西京焼き 磯辺あえ 大学芋 	牛乳 ご飯 小松菜としめじの味噌汁 ささみフライ 蒸し野菜 五目きんぴら 梨 	牛乳 スパゲティミートソース かぶのスープ 海藻サラダ かぼちゃプリン 		この週の 予約締切日は 10月17日(木)

都合により変更になる場合があります。メニューによって異なる場合もありますが、牛乳は必ず付きます。