

10 月 献 立 表

北海道旭川北高等学校定時制

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
9/29 学期間休業	9/30 学期間休業	10/1 白飯 あじフライ（温キャベツ添え） タルタルソース ポテトサラダ みそ汁（玉ネギ、しめじ） 始 業 式	10/2 マーボー丼 蒸し鶏と春雨の マヨネーズ和え わかめスープ 《豆腐の日》 	10/3 きのこカレー かぶとりんごのツナサラダ
10/6 さつまいもと挽き肉の 混ぜご飯 すき焼き風煮物 おからサラダ お月見汁 《十五夜》 	10/7 醤油ラーメン 豚そぼろ混ぜご飯	10/8 ピリ辛丼 なめ苺和え たまごスープ	10/9 白飯 いかメンチ もやしのぼん酢炒め みそ汁 （なめこ、豆腐、長ネギ）	10/10 白飯 鶏のトマトソース煮 ポテトエッグサラダ きくらげのスープ 《トマトの日》 
10/13  スポーツの日	10/14 スパゲティーアラビアータ キャベツとウインナーのスープ 揚げパン	10/15 ほっけの混ぜご飯 厚揚げのみぞれ煮 マカロニサラダ みそ汁（ほうれん草、あげ）	10/16 かしわ丼 ごぼうサラダ みそ汁（白菜、高野豆腐）	10/17 豆腐カレー ブロッコリーとさつまいもの サラダ 学校説明会
10/20 栗ごはん 厚焼き玉子 キャベツのごまドレッシングサラダ	10/21 ちゃんぽん風ラーメン キムチチャーハン	10/22 ホイコーロー丼 ナムル 春雨スープ	10/23 ツナわかめご飯 チーズ野菜サラダ シーフードと白菜のシチュー	10/24 いりこ菜めし ミートボール もやしのツナサラダ いも煮汁
10/27 チキンライス（オムレツ添え） 白菜コールスロー 大根スープ 《体育大会》 	10/28 とり塩うどん おにぎり	10/29 かき揚げ丼 キャベツの生姜和え みそ汁 （大根、えのき、あげ）	10/30 白飯 手羽元のうま煮 白菜の南蛮漬け みそ汁（水菜、わかめ）	10/31 鶏とかぼちゃのクリームライス じゃがいものトロトロスープ 白ごまプリン 《ハロウィン》 