

10月 給食献立表

日	曜	主食	給食	おやつ の 飲み物	おやつ
1	木	ごはん	あらめとかぼちゃの煮物・かき玉汁	お茶	きな粉団子
2	金	麦ごはん	魚のゆかり揚げ・キャベツときゅうりの酢の物・さつま汁	牛乳	ヨーグルト パフェ
3	土		ケチャップライス		
5	月	ごはん	肉じゃが・わかめの味噌汁	牛乳	応援食クッキー 梨
6	火	十五穀米	ハンバーグ・大根のフレンチサラダ・豆乳コーンスープ	お茶	おにぎり かえり
7	水	玄米ごはん	魚の西京焼き・金平ごぼう・白菜のすまし汁	牛乳	ビスケット オレンジ
8	木	ごはん	チキンカツ・ポテトサラダ・チンゲン菜のスープ	大山牛乳	果物 盛り合わせ
9	金		ハヤシライス・コールスローサラダ	お茶	スイートポテト
10	土		カレーピラフ		
12	月	ごはん	若鶏のから揚げ・もやしのナムル・中華スープ	お茶	せんべい 柿
13	火	麦ごはん	ポークビーンズ・野菜スープ	牛乳	チャーハン
14	水	玄米ごはん	魚の梅煮・野菜の炊き合わせ・豆腐の味噌汁	牛乳	プルーンの ドーナツ
15	木	ごはん	八宝菜・春雨スープ	お茶	フライドポテト
16	金	ごはん	レバーの香り揚げ・マカロニサラダ・ごまたっぷりスープ	牛乳	ビスコ オレンジ
17	土		あんかけチャーハン		
19	月	ごはん	牛肉の香り焼き・ゆで野菜・大根の味噌汁	牛乳	りんごケーキ
20	火	十五穀米	竹輪の磯辺揚げ・青菜のあえもの・さつま汁	牛乳	ヨーグルト パフェ
21	水		三色丼・煮豆・豆腐のすまし汁	お茶	おはぎ
22	木		カレーライス・ヨーグルトサラダ	大山牛乳	サンドイッチ
23	金	わかめごはん	筑前煮・白菜の味噌汁	お茶	せんべい りんご
24	土		ピラフ		
26	月	じゃこごはん	高野豆腐煮・卵の味噌汁	牛乳	ふかし芋
27	火	麦ごはん	鮭の塩焼き・切干大根煮・かぼちゃの味噌汁	牛乳	ホットケーキ
28	水	炊き込みご飯	青のリポテト・トマト・豚汁	お茶	ココナッツサブレ バナナ
29	木	玄米ごはん	豚肉の生姜焼き・ゆで野菜・さつま汁	牛乳	ポップコーン
30	金	食パン	若鶏のクリームシチュー・フレンチサラダ	お茶	おにぎり チーズ
31	土				

★この献立は予定ですので、都合により変更することがあります。