

10月 給食献立表

日	曜	主食	給食	おやつ の 飲み物	おやつ
1	金	ごはん	チキンカツ・ゆで野菜・トマト・チンゲン菜のスープ・バナナ	牛乳	応援食クッキー 梨
2	土		ケチャップライス・果物		
4	月	麦ごはん	豚肉の生姜焼き・ブロッコリー和え・大根の味噌汁・オレンジ	牛乳	きな粉団子
5	火		ハヤシライス・ポテトサラダ・梨	お茶	スイートポテト
6	水	玄米ごはん	魚のゆかり揚げ・青菜のおかか和え・さつま汁・バナナ	牛乳	おにぎり かえり
7	木	十五穀米	タンドリーチキン・コールスローサラダ・豆乳コーンスープ・オレンジ	大山牛乳	せんべい 柿
8	金	ごはん	大豆とエビのかき揚げ・大根の酢の物・キャベツのスープ・梨	お茶	ヨーグルトパフェ
9	土		ピラフ・果物		
11	月	ごはん	肉野菜炒め・わかめスープ・りんご	牛乳	ココナッツサブレ オレンジ
12	火	わかめごはん	あらめと鶏肉の煮物・野菜の素揚げ・卵の味噌汁・バナナ	牛乳	肉まん風 蒸しパン
13	水	玄米ごはん	ハンバーグ・柿と大根のサラダ・じゃがいものスープ・オレンジ	お茶	ビスコ キウイ
14	木	炊き込みごはん	さけの塩焼き・切り干し大根煮・ナスの味噌汁・りんご	お茶	おはぎ
15	金	ごはん	すき焼き風煮・さつま汁・オレンジ	牛乳	チーズ あられ
16	土		チャーハン・果物		
18	月	ごはん	レバーの香り揚げ・マカロニサラダ・もやしのスープ・バナナ	お茶	ふかしいも
19	火	麦ごはん	魚の照り焼き・白菜のおかか和え・すまし汁・りんご	牛乳	サンドイッチ
20	水		カレーライス・ヨーグルトサラダ	お茶	オレンジ クッキー
21	木	玄米ごはん	豚汁・ブロッコリーサラダ・バナナ	大山牛乳	ポップコーン
22	金	わかめごはん	若鶏のから揚げ・もやしのナムル・卵とトマトのスープ・オレンジ	牛乳	お野菜ポテト バナナ
23	土		カレーピラフ・果物		
25	月	麦ごはん	高野豆腐煮・ベーコンの味噌汁・りんご	牛乳	おにぎり かえり
26	火	十五穀米	竹輪の磯辺揚げ・青菜の梅肉和え・野菜スープ・オレンジ	お茶	ヨーグルトパフェ
27	水	玄米ごはん	牛肉の香り焼き・四色和え・大根の味噌汁・りんご	牛乳	フライドポテト
28	木	ごはん	八宝菜・春雨スープ・バナナ	牛乳	りんごのケーキ
29	金	米粉パン	若鶏のクリームシチュー・フレンチサラダ・オレンジ	お茶	せんべい 柿
30	土		あんかけチャーハン・果物		

★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。