

10月 献立表



小学校、中学校、高校用

予定献立表（材料の都合上献立を変更することがあります。また、高校にも同様の献立表を配布していますが、高校は牛乳はつきませんのでご了承願います。）

	月	火	水	木	金
	 ☆10月28日(木)はハロウィン給食です☆ <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: 80%;"> 10月31日はハロウィンです★それにあわせ、給食では28日(木)にハロウィン給食を実施します。献立は、「キャロットピラフ」、「ジョア(マスカット味)」、「タンドリーチキン」、「パンクキンポターージュ」、「ハロウィンゼリー」です。ハロウィンということで、かぼちゃを使ったポターージュをはじめ、紫色のぶどうゼリーを使ったハロウィンゼリーには、白玉に見立てた白玉もちを入れ、いつものデザートとは一味違ったデザートが登場します。ハロウィン給食、お楽しみに！ </div> 				
	1				1
					焼きそば 牛乳 中華スープ
					焼きそば麺
					ベーコン、豚肉、えび、いか、小桜えび、鶏卵、牛乳
					キャベツ、玉ねぎ、にんじん
体温や働く力	4	5	6	7	8
	チキンカレー 牛乳 マンゴーミルクデザート	チョコチップパン 牛乳 メンチカツ オーロラサラダ コンソメスープ(じゃがいも)	ご飯 牛乳 いわしの梅煮 白菜のおかか和え すまし汁(花麩)	ご飯 牛乳 豆腐ハンバーグ 根菜のコロコロ炒め みそ汁(なめこ)	和風スパゲティ 牛乳 ハッシュドポテト
からだを作る	ご飯、はと麦、じゃがいも	チョコチップパン、じゃがいも	ご飯、花麩	ご飯、じゃがいも	スパゲティ、じゃがいも
調子を整える	鶏肉、牛乳	鶏肉、豚肉、牛乳	いわし、かつお節、牛乳	鶏肉、ウインナー、豆腐、牛乳	大豆、豚肉、牛乳
	玉ねぎ、にんじん、みかん、パイン、ナタデココ	キャベツ、きゅうり、にんじん、たまねぎ	小松菜、みつ葉、にんじん、しいたけ、白菜、梅干し	大根、玉ねぎ、コーン、にんじん、グリーンピース、なめこ	玉ねぎ、ぶなしめじ、にんじん、しいたけ、ピーマン
体温や働く力	11	12	13	14	15
	かわりピビンパ丼 牛乳 チョレギサラダ わかめスープ	コッペパン 牛乳 バジルチキン フレンチサラダ コーンポターージュ	ご飯 牛乳 たららの甘酢あんかけ ゆかり和え みそ汁(じゃがいも)	青菜ご飯 牛乳 厚焼き玉子 和風サラダ 沢煮椀	みそラーメン 牛乳 焼ききょうざ(1人2個)
からだを作る	牛肉、豚肉、わかめ、のり、牛乳	鶏肉、牛乳	真だら、かつお節、牛乳	鶏卵、豚肉、牛乳	豚肉、鶏肉、牛乳
調子を整える	キャベツ、切干大根、にんじん、もやし、長ねぎ、ほうれん草	キャベツ、にんじん、きゅうり、玉ねぎ、コーン	玉ねぎ、ピーマン、にんじん、ほうれん草、白菜、長ねぎ	キャベツ、ピーマン、しいたけ、ごぼう、玉ねぎ、みつ葉、大根、にんじん、大根葉	玉ねぎ、にんじん、にら、チンゲン菜、もやし、長ねぎ、キャベツ
体温や働く力	18	19	20	21	22
	ご飯 牛乳 和風包み焼き 豆腐チャンプルー みそ汁(わかめ)	クリームパン 牛乳 ポテトコロッケ コールスローサラダ コンソメスープ(玉ねぎ)	元気くんの日 元気くんご飯 牛乳 ホキのゆずみそ焼き なめたけ和え すまし汁(豆麩)	ご飯 牛乳 唐揚げ 切り干し大根の炒め煮 みそ汁(豆腐)	ペペロンチーノ 牛乳 玉子スープ
からだを作る	鶏肉、豆腐、鶏卵、わかめ、牛乳	青のり、牛乳	ひじき、かつお節、昆布、ホキ、大豆、牛乳	豚肉、さつま揚げ、豆腐、鶏肉、牛乳	ベーコン、鶏卵、牛乳
調子を整える	キャベツ、玉ねぎ、もやし、にんじん、長ねぎ、ごぼう	エリンギ、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、コーン	大根、白菜、えのき茸、絹さや、にんじん、長ねぎ	にんじん、切干大根、長ねぎ	玉ねぎ、長ねぎ、ほうれん草
体温や働く力	25	26	27	28	29
	ご飯 牛乳 焼きつくね きんぴらごぼう みそ汁(小松菜)	クロワッサン 牛乳 ポークチャップ コーンサラダ コンソメスープ(レタス)	ご飯 牛乳 さばのカレー煮 大根サラダ すまし汁(ぶなしめじ、豆腐)	ハロウィン給食 キャロットピラフ ジョア(マスカット) タンドリーチキン パンクキンポターージュ ハロウィンゼリー	五目うどん 牛乳 餅いなり
からだを作る	高野豆腐、鶏肉、牛乳	豚肉、牛乳	さば、豆腐、牛乳	ベーコン、鶏肉、ヨーグルト、牛乳、ジョア	鶏肉、油揚げ、牛乳
調子を整える	いんげん、ごぼう、にんじん、小松菜、玉ねぎ、れんこん、長ねぎ	キャベツ、にんじん、レタス、しいたけ、きゅうり、玉ねぎ、ピーマン、コーン	きゅうり、ぶなしめじ、大根、みつ葉、にんじん	いんげん、玉ねぎ、にんじん、コーン、ナタデココ、黄桃、みかん	小松菜、長ねぎ、玉ねぎ、にんじん