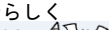




		1日 火曜日		2日 水曜日		3日 木曜日		4日 金曜日	
朝	10月のお楽しみメニュー ★8日（火）世界の味（タイ） タイは様々な香辛料や、ココナッツ ミルク、パクチー等を使った料理が特徴的 です。異国の味をお楽しみに！ ★28日（月）少し早めのハロウィン献立 カレーとデザートをハロウィンらしく 盛り付けをする予定です。 見た目が楽しい献立です。	メロンパン/コールスローサラダ/カフェオレ		トースト/ゆで卵/サラダ/オレンジジュース		セルフサンド/牛乳		ごはん/みそ汁/鯖の塩焼き/お浸し	
		アレルギー メロンパン カフェオレ	404/10.0	アレルギー トースト ゆで卵	430/15.4	アレルギー セルフサンド 牛乳	528/23.5	アレルギー	473/20.3
給食		ミートパンネ/スープ/フルーツポンチ		もち麦ごはん/さわにわん 豆腐のまり揚げ/ゆばの和え物		ごはん/みそ汁 鮭の照り焼き/ゆかり和え		コッペパン/クラムチャウダー 鶏肉のバジル焼き/コーンサラダ	
		SU・PU ミートパンネ	861/33.3	アレルギー	623/26.1	アレルギー	620/30.0	アレルギー コッペパン クラムチャウダー	700/32.0
夕		ごはん/すまし汁/豚肉のみそ焼き ごま酢和え/さつまいもの甘煮		ごはん/みそ汁/秋刀魚の煮つけ 五目豆/即席漬け		ごはん/スープ/揚げぎょうざ チャプチェ/ナムル			
		アレルギー	704/28.4	アレルギー	694/24.9	アレルギー	602/45.1	アレルギー	

	7日 月曜日	8日 火曜日	9日 水曜日	10日 木曜日	11日 金曜日
朝	トースト/ジャーマンポテト ヨーグルト/りんごジュース	ロールパン/ミートボール/サラダ/牛乳	セルフドッグ/ミックスジュース	くるみパン/スープ/ハムステーキ	ごはん/みそ汁 厚揚げのしょうが焼き/れんこんのきんぴら
	アレルギー トースト ヨーグルト 449/11.6	アレルギー ロールパン 牛乳 475/16.2	アレルギー セルフドッグ 458/13.3	アレルギー くるみパン 325/13.4	アレルギー 461/13.6
給食	ごはん/すまし汁 鯖の西京焼き/小松菜の煮びたし	【世界の味タイ】ガパオ トムヤムクン/マンゴープリン	ごはん/よしの汁 鯖のみぞれがけ/たくあん和え	ごはん/みそ汁 鶏肉のレモンソース/ポテトサラダ	焼きそばパン/ふわふわスープ シーフードマリネ
	アレルギー 699/31.6	アレルギー ガパオ マンゴープリン 836/38.8	アレルギー 668/28.7	アレルギー 890/30.4	アレルギー 焼きそばパン ふわふわスープ 703/30.1
夕	ごはん/みそ汁/チキンカツ れんこんサラダ/いんげんのピーナッツ和え	ごはん/豚汁/ほっけの塩焼き 炒り豆腐/ほうれん草の和え物	中華丼/スープ 蒸しささみのサラダ/プチデザート	ごはん/すまし汁/油揚げの七宝煮 大根の浅漬け/かえりちりめんの揚げ煮	
	アレルギー 787/31.1	アレルギー 660/25.5	アレルギー プチデザート 670/28.9	アレルギー 600/25.7	アレルギー

1 4 日 月曜日		1 5 日 火曜日		1 6 日 水曜日		1 7 日 木曜日		1 8 日 金曜日	
朝	体育の日	クロワッサン/チキンウインナー 茹でブロッコリー/牛乳		トースト/サラダ/パナナ/オレンジジュース		ベーグルセルフサンド/牛乳		ツナロール/ミネストローネ/ヨーグルト	
		アレルギー	クロワッサン 牛乳 379/14.0	アレルギー	トースト 415/10.1	アレルギー	ベーグルサンド 牛乳 532/23.7	アレルギー	ツナロール ヨーグルト 393/16.0
給食		ごはん/みそ汁 白身魚の野菜あんかけ/野菜の塩昆布和え		ごはん/すまし汁 さつまいものかき揚げ/はりはり漬け		ごはん/かき玉汁/鯖のごま煮/3色お浸し		ごはん/みそ汁/肉じゃが/酢の物	
		アレルギー	677/27.1	アレルギー	618/16.2	アレルギー	675/31.3	アレルギー	717/26.0
夕		ごはん/スープ 肉団子の酢豚風/からし和え		ごはん/飛鳥汁/鮭のもみじ焼き 大豆のひじき煮/かつお和え		ごはん/スープ/ハンバーグのきのこソース スパゲティサラダ/ミニトマト		ごはん/けんちん汁/はたはたの磯部揚げ 卯の花/納豆和え	
		アレルギー	699/22.1	アレルギー	622/28.9	アレルギー	スパゲティサラダ 620/21.0	アレルギー	納豆和え 601/22.2

	1 9 日 土曜日	2 2 日 火曜日	2 3 日 水曜日	2 4 日 木曜日	2 5 日 金曜日
朝	ごはん/みそ汁/卵焼き/ごま和え	即位礼正殿の儀の日	ホワイトブレッド/ジャーマンポテト ヨーグルト/ミックスジュース	トースト/スープ/ミートボール	アーモンドトースト/ゆで卵/サラダ/牛乳
	アレルギー 409/11.1		アレルギー ホワイトブレッド ヨーグルト 460/11.5	アレルギー トースト 330/11.3	アレルギー アーモンドトースト ゆで卵 牛乳 550/22.8
給食	コッペパン/スープ/ボークチャップ フレンチサラダ/黒豆きなこクリーム		キムチごはん/スープ ししゃもフライ/海藻サラダ	ごはん/みそ汁/すきやき煮/磯香和え	五目うどん/柿なます/じゃこナッツ
	アレルギー 744/31.5		アレルギー 665/24.0	アレルギー 679/27.4	アレルギー 五目うどん 836/32.3
夕					

	2 8 日 月曜日		2 9 日 火曜日		3 0 日 水曜日		3 1 日 木曜日	
朝	塩バターロール/ごぼうサラダ ヨーグルト/りんごジュース		トースト/スープ/バナナ		セルフバーガー/牛乳		チーズパン/サラダ ヨーグルト/オレンジジュース	
	アレルギー	塩バターロール ヨーグルト 488/10.6	アレルギー	トースト 塩バターロール 411/11.5	アレルギー	セルフバーガー 牛乳 577/25.5	アレルギー	チーズパン ヨーグルト 420/12.7
給食	【ハロウィン献立】ハロウィンカレー パプリカサラダ/パンプキン米粉ケーキ		ごはん/すまし汁 かつおのごまがらめ/ちくわの酢の物		ごはん/みそ汁/野菜の豚肉巻き/黒豆の枝豆		ごはん/スープ/鰯のアングレース ブロッコリーサラダ	
	アレルギー	862/24.3	アレルギー	720/29.8	アレルギー	703/26.6	アレルギー	684/29.9
夕	ごはん/スープ/わかさぎの甘酢漬け ビーフン炒め/中華和え		ごはん/みそ汁 豚肉の生姜焼き/ひじきサラダ/香味漬け		栗ごはん/すまし汁/鰯の柚庵焼き 大根のそぼろ煮/ごま和え		ごはん/みそ汁/焼き鳥風 こんにゃくの炒め煮/山吹和え	
	アレルギー	702/31.1	アレルギー	745/30.2	アレルギー	740/32.8	アレルギー	736/31.1

