



2023年 10月 月間献立表

	月	火	水	木	金	土	日
朝食							調理パン等(セレクト)
昼食							しょうゆラーメン ぎょうざ もやし中華サラダ フルーツ杏仁
夕食							ごはん えのきと揚げの味噌汁 鶏のさっぱりジンジャー煮 グリーンサラダ 牛乳
	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
朝食	照り焼きチキン ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 味噌汁 スープ 鮭フレーク	ジャーマンポテト グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 味噌汁 朝カレー	ハムステーキ たまごサラダ ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・チョコクリスピー ジャム トマトコンソメスープ 味噌汁	チーズ肉団子 グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 選べる茶漬け 味噌汁	チキンのオープン焼き グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 納豆 スープ 味噌汁	プチウインナードッグ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 鶏そぼろ ヨーグルト にらと揚げの味噌汁	調理パン等(セレクト)
昼食	ミニ食パン フレンチトースト 白菜とベーコンのスープ マカロニグラタン グリーンサラダ コーヒー牛乳	肉うどん 焼きおにぎり キャベツの塩こんぶサラダ 黒蜜抹茶ゼリー	ごはん ほうれん草のスープ トマトチーズ煮込みハンバーグ グリーンサラダ 巨峰	カレーライス チキンナゲット グリーンサラダ チーズタルト	菜めし 豚汁 さばの塩焼き ミモザサラダ ラフランスゼリー	ごはん ポトフ えびカツ 手作りタルタル 千切りキャベツサラダ コーヒー牛乳	中華丼 たこやき レタスコーンサラダ 桃の杏仁豆腐
夕食	ごはん 肉豆腐 レタスコーンサラダ えびフリッター ヤクルト	ごはん 大根とわかめのスープ 豚キムチ炒め ミモザサラダ りんごジュース	ごはん 秋野菜味噌汁 鶏肉の焼き鳥風 グリーンサラダ 牛乳	ごはん じゃがいもとわかめの味噌汁 豚肉の塩たれ炒め グリーンサラダ りんごカットゼリー	たこのベロンチーノパスタ チーズ入りウインナー グリーンサラダ ティラミス	ごはん けんちん汁 照り焼きチキン 生ほうれん草サラダ ワッフル	ごはん かぼちゃの味噌汁 鶏肉と大根の煮物 グリーンサラダ 牛乳
	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
朝食	ノンフライナゲット ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 切干大根 厚揚げといんげんの味噌汁 スープ	なすとトマトグラタン グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 漬物 スープ 味噌汁	ケチャップ肉団子 ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・フルグラ ジャム 卵豆腐 スープ 味噌汁	照り焼きチキン グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム パンケーキ 味噌汁	チキンのオープン焼き グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 選べる茶漬け 味噌汁	だし巻卵 ウインナー グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム ココア 味噌汁	調理パン等(セレクト)
昼食	牛丼 さつまいも煮4個 ほうれん草のごまあえ パイナップルゼリー	しょうゆラーメン チンゲン菜のツナ和え えび海鮮ぎょうざ マンゴープリン	ごはん せんべい汁 焼き鮭 生ほうれん草のアーモンドサラダ クリーム白玉ぜんざい	栗ごはん 牛肉とごぼうのスープ カレーのしょうが煮 千切りキャベツサラダ わらびもち	ごはん 麩とねぎの味噌汁 鶏のからあげ グリーンサラダ りんご	ごはん じゃがいもとわかめの味噌汁 さばのしょうが煮 グリーンサラダ 豚肉入りきんぴらごぼう	焼きうどん たこやき リーフレタスサラダ コーヒーゼリー
夕食	ごはん 卵スープ タンドリーチキン グリーンサラダ 牛乳	ごはん 大根とわかめの味噌汁 豚肉しょうが焼き キャベツコーンサラダ スイートポテト	ごはん 肉じゃが たこ唐揚げ グリーンサラダ 牛乳	ごはん 具だくさんのみそ汁 豚肉のねぎ塩炒め グリーンサラダ 牛乳	カレーうどん 角煮入りちまき グリーンサラダ 牛乳プリン	焼肉丼 ぎょうざ 中華レタスサラダ コーヒー牛乳	ごはん ポトフ風スープ グリルチキン グリーンサラダ コーヒー牛乳
	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
朝食	プチウインナードッグ ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 温泉卵 スープ キャベツと揚げの味噌汁	チーズ肉団子 グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム とろろ 味噌汁 スープ	チキンハンバーグ ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・チョコクリスピー ジャム 選べる茶漬け 味噌汁 ヨーグルト	ハムステーキ たまごサラダ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁	ハッシュドポテト 赤ウインナー グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁	チキンハンバーグ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク 鶏そぼろ ジャム 味噌汁 ココア	調理パン等(セレクト)
昼食	ごはん 鶏つみれとみつばのすまし汁 焼き鮭 かぼちゃと栗のサラダ グリーンサラダ	味噌ラーメン(選べるスープ) かにしゅうまい レタスキゅうりサラダ ゴールドキウイ	フオカッチャ チキントマトクリームシチュー えびフリッター クルトンサラダ りんごジュース	ごはん マカロニスープ ビッグハンバーグ(選べるソース) グリーンサラダ 和梨	ごはん 具だくさん卵スープ 豚肉しょうが焼き 千切りキャベツサラダ 白玉のあずきミルク	チキンライス ジンジャースープ かにクリームコロッケ・栗コロッケ グリーンサラダ りんごカットゼリー	カルボナーラ・ ノンフライチキン グリーンサラダ グレープジュース
夕食	チキンカレー オニオンリング グリーンサラダ コーヒー牛乳	ごはん さつまいもの味噌汁 鶏の山賊焼き グリーンサラダ たい焼き	ごはん 厚揚げと小松菜の味噌汁 牛肉のにんにく醤油炒め ミモザサラダ 手作り杏仁豆腐	ごはん すいとん あじの南蛮あんかけ ゆで豚サラダ さつまいもの甘煮	長崎ちゃんぽん 角煮入りちまき 大根サラダ 牛乳	ハロウィンメニュー🎃 ごはん 具だくさんミネストローネ ハロウィンハンバーグ2個 ミモザサラダ パンブキンパバロア	ごはん 具だくさん汁 焼き鮭 グリーンサラダ 抹茶プリン
	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
朝食	チキンのオープン焼き ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム ヨーグルト スープ キャベツと揚げの味噌汁	鶏つくね2個 グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 味付きのり スープ 味噌汁	かぼちゃのプチグラタン ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・フルグラ ジャム 鶏そぼろ スープ 味噌汁	プチウインナードッグ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム おかわり切干大根 スープ 味噌汁	チーズ肉団子 グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 漬物 スープ 味噌汁	ハムステーキ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・チョコクリスピー ジャム 納豆 スープ 味噌汁	調理パン等(セレクト)
昼食	ごはん もやしの味噌汁 白身魚のフライ(選べるソース) 手作りタルタル ゆで豚サラダ 牛乳	なすとひき肉のポロネーゼ風 厚切りポテトの明太マヨ グリーンサラダ 飲むヨーグルト	ごはん ABCスープ 鶏肉の香草チーズ焼き グリーンサラダ プチシュークリーム3個	揚げパン たことひよこ豆のトマト煮 チーズ入りウインナー グリーンサラダ 牛乳	栗ごはん せんべい汁 鮭のホイル焼き 千切りキャベツサラダ コーヒー牛乳	ごはん 厚揚げとえのきの味噌汁 ひとくちひれカツ グリーンサラダ オレンジ	お弁当
夕食	ごはん わかめスープ 回鍋肉 大学いも グリーンサラダ	ごはん 白菜のクリームスープ グリルチキン(選べるソース) グリーンサラダ じゃがいもとうずらの甘辛煮	ごはん 豚肉と白菜のうま煮 なすはさみ揚げ3個 グリーンサラダ 社長の気まぐれ1品	ごはん ちくわと三つ葉のすまし汁 鶏肉と大根の煮物 グリーンサラダ シークワーサーゼリー	とんこつ醤油ラーメン 黒豚焼売 グリーンサラダ ライチゼリー	ごはん かぼちゃの味噌汁 鶏のさっぱりジンジャー煮 グリーンサラダ ラフランスゼリー	牛丼 ポテトサラダ グリーンサラダ グレープフルーツジュース
	30日	31日	<div data-bbox="751 2466 1612 2798" data-label="Text"> <p>メモ 天候により、献立が変更になることがあります。ご了承ください。 10月になり、過ごしやすいく涼しい気温になってきましたね。寒暖差が大きくなってきましたが、体調管理に気を付けてください。</p> <p>今月は、栗や和梨、ブドウなどの秋の味覚をご用意いたします。旬の美味しさを、ぜひ感じてください。</p> <p>少し早いですが、10/21にハロウィンメニューを提供します。 また、10/30の夕食から、学年毎に順番でお好み焼き給食が始まります。お店の味が給食で味変わる、またとない機会です。楽しみにしててくださいね♪</p> </div>				
朝食	玉子焼き ウインナー グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁	ハムチーズピカタ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 温泉卵 スープ キャベツと揚げの味噌汁					
昼食	チャーハン 大根とわかめのスープ 春巻き グリーンサラダ 牛乳	ほうとう風うどん ごぼうから揚げ ほうれん草と豚肉のおひたし ナタデココ					
夕食	ごはん 牛乳プリン 豚肉のねぎ塩炒め グリーンサラダ かき玉汁	ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 タンドリーチキン グリーンサラダ アップルパイ					

