

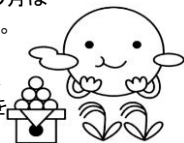


お楽しみ献立

6日【十五夜献立】……今年の十五夜は10月6日です。十五夜の月は一年のうちで最も美しい満月で「中秋の名月」と呼ばれています。

また、この日は秋の収穫を感謝する日でもあります。

31日【ハロウィン献立】……秋の収穫を祝い悪霊を追い払う意味合いのあったお祭りで、現在は仮装してお菓子をもらったり、ホラーを楽しんだりするイベントとなっています。



	1日 水曜日	2日 木曜日	3日 金曜日
朝	ごはん/みそ汁/ウインナー アレルギー 484/14.9	トースト/セルフドリンク 千切りポテト炒め/ヨーグルト アレルギー 502/16.6	ごはん/みそ汁/キャベツ入りつくね アレルギー 541/21.3
給食	ごはん/スープ さつまいもの酢豚風/のり和え アレルギー 759/28.6	ごはん/すまし汁 鯖のごまだれ焼き/高野豆腐の卵とじ アレルギー 720/36.4	台湾風混ぜそば/スープ/豆花 アレルギー 743/33.1
タ	キャロットライス/スープ 鶏肉のパン粉焼き/ブロッコリーサラダ アレルギー 864/31.8	ごはん/きのこ汁 豚肉のかりん揚げ/ごぼうサラダ アレルギー 830/29.4	

	6日 月曜日	7日 火曜日	8日 水曜日	9日 木曜日	10日 金曜日
朝	トースト/セルフドリンク チキンピカタ/フルーツヨーグルト アレルギー 503/19.3	ごはん/なめこ汁/鶏肉の二色巻き アレルギー 447/17.9	ホットセルフサンド/野菜ジュース アレルギー 386/19.9	ホットケーキ/セルフドリンク ゆで卵/サラダ アレルギー 523/18.0	ごはん/みそ汁/鯖の塩焼き アレルギー 434/23.6
給食	【十五夜献立】ごはん/団子汁 お月見つくね/ごま和え アレルギー 711/30.9	ごはん/スープ/魚のチリソース/ナムル アレルギー 683/25.2	ごはん/いものこ汁 牛肉とまいたけの炒め物/香漬漬け アレルギー 702/29.8	ごはん/さわにわん/じゃんじゃん豆腐/のり アレルギー 725/36.2	きなこ揚げパン 鶏団子スープ/シーフードマリネ アレルギー シーフード 715/32.9
タ	ごはん/かす汁 秋刀魚のおろしがけ/ゆかり和え アレルギー 669/25.7	ごはん/スープ/ハンバーグのきのこソース マッシュポテト/いんげんソテー アレルギー 767/33.0	親子丼/すまし汁/ゆばの和え物 アレルギー 701/30.4	ごはん/スープ/豚肉のハニーマスタードソテー コールスローサラダ アレルギー 714/30.6	

	13日 月曜日	14日 火曜日	15日 水曜日	16日 木曜日	17日 金曜日
朝		トースト/セルフスープ ハムステーキ/サラダ アレルギー 441/14.1	ごはん/みそ汁/納豆 アレルギー 437/18.3	くるみミルクパン/セルフドリンク ラタトゥイユ/ヨーグルト アレルギー 545/16.8	クロックムッシュ風トースト りんごジュース/サラダ アレルギー 519/20.9
給食		ごはん/みそ汁 鶏肉とさつまいもの天ぷら/浅漬け アレルギー 800/31.8	ごはん/よしの汁 鯖のしょうが焼き/白和え アレルギー 797/33.9	ごはん/スープ スペアリブ風/ピクルス アレルギー 715/36.8	かつめし/みそ汁 アレルギー 916/42.7
タ		ごはん/かき玉汁 豚肉の角煮風/おかか和え アレルギー 648/36.1	中華五目ごはん スープ/厚揚げの中華煮/デザート アレルギー 842/35.9	ごはん/ご汁/鰻の竜田揚げ/筑前煮 アレルギー 665/29.8	

	20日 月曜日	21日 火曜日	22日 水曜日	23日 木曜日	24日 金曜日
朝	天然酵母パン/セルフドリンク オムレツ/フルーツヨーグルト アレルギー 517/13.5	ごはん/みそ汁/鯖の塩焼き アレルギー 531/21.1	セルフハンバーガー/オレンジジュース アレルギー 448/16.4	クロワッサン/コーンスープ/りんご アレルギー 454/10.5	トースト/セルフドリンク ジャーマンポテト/ヨーグルト アレルギー 508/16.8
給食	ごはん/すまし汁 鯖のもみじ焼き/ゆず大根 アレルギー 635/28.9	秋野菜カレー/海藻サラダ アレルギー 785/24.6	ごはん/豚汁 じゃがいものそぼろ煮/ししゃも アレルギー 724/29.5	ごはん/スープ/よだれ鶏/キャベツの和え物 アレルギー 754/35.3	ミートドリア/スープ/フレンチサラダ アレルギー 783/30.8
タ	ごはん/みそ汁 ささみの梅しそフライ/スパゲティサラダ アレルギー 783/35.8	ごはん/すまし汁 牛肉のしぐれ煮/からし和え アレルギー 611/25.6	ごはん/スープ/揚げ餃子/磯香和え アレルギー 809/20.2	秋の香りごはん すまし汁/魚の柚庵焼き/たくあん和え アレルギー 606/26.2	ごはん/つみれ汁 豚肉のねぎみそ焼き/切干大根の煮物 アレルギー 617/39.7

	25日 土曜日	28日 火曜日	29日 水曜日	30日 木曜日	31日 金曜日
朝	ごはん/みそ汁/卵焼き アレルギー 443/16.5	トースト/セルフスープ キッシュ/ブロッコリーの塩ゆで アレルギー 456/14.7	ごはん/みそ汁/ミートボール アレルギー 466/13.5	ロールパン/セルフドリンク ほうれん草のソテー/オレンジ アレルギー 429/13.0	ごはん/みそ汁/れんこんのきんぴら アレルギー 484/16.2
給食	【お弁当】 アレルギー	ごはん/みぞれ汁/肉じゃが/じゃこふりかけ アレルギー 720/32.0	明太子クリームパスタ スープ/玉ねぎドレッシングサラダ アレルギー 733/33.9	ごはん/ばち汁/野菜の豚肉巻き/柿 アレルギー 793/23.8	【ハロウィン献立】ハロウィンライス スープ/かぼちゃコロッケ/サラダ アレルギー 836/26.3
タ		ごはん/みそ汁/豚肉の更紗揚げ/サバサラダ アレルギー 783/33.1	減量わかめごはん 塩麹鍋/鯖カツ/デザート アレルギー 988/39.6	ごはん/みそ汁 鶏もも肉のさっぱり煮/納豆和え アレルギー 764/36.2	