



月		火		水		木		金	
1 始業式 	1	ぎゅうにゅう 牛乳	2	ぎゅうにゅう 牛乳	3	ぎゅうにゅう 牛乳	4	ぎゅうにゅう 牛乳	5
		ごはん 鶏肉の照り焼き さつま芋の素揚げ 千草和え みそ汁	ごはん 鮭のムニエル きのこソース しらたきの炒り煮 野菜汁	きなこと揚げパン たっぷり野菜の カレースープ トマトサラダ	ごはん 豚肉の冷ごましゃぶ なすの中華和え きのこ汁				
ぎゅうにゅう 牛乳	8	ぎゅうにゅう 牛乳	9	ぎゅうにゅう 牛乳	10	ぎゅうにゅう 牛乳	11	ぎゅうにゅう 牛乳	12
ごはん マーボー豆腐 野菜の中華和え にらたま汁		栗ごはん 五目卵焼き 大根おろし きゅうりのごま酢和え みそ汁	ミートソース スパゲティ グリーンサラダ りんごヨーグルト	ごはん ハンバーグデミタス にんじんのグラッセ マカロニサラダ 角切り野菜のスープ	ごはん 魚の西京焼き ごぼうの甘辛煮 青菜と高野豆腐の炒り煮 みそ汁				
15 敬老の日 	15	ぎゅうにゅう 牛乳	16	ぎゅうにゅう 牛乳	17	ぎゅうにゅう 牛乳	18	しよくひ 食育の日	19
		ごはん 鶏肉の吉野焼き 蒸しさつま芋 とん汁 くだもの（梨）	あんかけ焼きそば なすの揚げ浸し 豆腐とにらのスープ	ごはん 鶏のから揚げ おひたし ポテトサラダ みそ汁	ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き じゃが芋とコーンのバターソテー すまし汁 北海道の郷土食				
ぎゅうにゅう 牛乳	22		23	ぎゅうにゅう 牛乳	24	ぎゅうにゅう 牛乳	25	ぎゅうにゅう 牛乳	26
ごはん 鶏肉のねぎみそ焼き さつま芋の素揚げ 野菜のごま酢和え けんちん汁		秋分の日	ドライカレーライス 手作り福神漬 きのこサラダ くだもの（ぶどう）	国産小麦の バターロール 秋のマカロニグラタン コールスローサラダ 大根のスープ	ごはん 酢豚 春雨サラダ わかめスープ				
ぎゅうにゅう 牛乳	29	ぎゅうにゅう 牛乳	30	「食欲の秋」ですね。給食でもさつま芋やきのこ、野菜、果物など、秋に旬を迎える食材を沢山使います。秋の食材を見つけてみましょう！					
ごはん さばの香味醤油焼き じゃが芋の素揚げ 大根のごま酢和え みそ汁		親子丼 青菜のごま和え なめこ汁 くだもの（柿）							