



こんげつ

よていこんだてひょう

## 今月の予定献立表

| 月                                                                                                                               | 火                                                                                                                             | 水                                                                                                                     | 木                                                                                                                        | 金                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div>3</div> <div>牛乳</div> <div>文化の日</div> <div></div>                                                                          | <div>4</div> <div>牛乳</div> <div>ごはん</div> <div>鶏肉の吉野焼き</div> <div>さつま芋の素揚げ</div> <div>大根のごま酢和え</div> <div>白菜のみそ汁</div>        | <div>5</div> <div>牛乳</div> <div>あんかけ焼きそば</div> <div>野菜の中華和え</div> <div>豆腐と卵のスープ</div>                                 | <div>6</div> <div>牛乳</div> <div>ごはん</div> <div>サーモンフライ</div> <div>せん切りキャベツ</div> <div>大豆とひじきの煮物</div> <div>とん汁</div>     | <div>7</div> <div>牛乳</div> <div>きのこたっぷり</div> <div>チキンカレーライス</div> <div>手作り福神漬け</div> <div>コールスローサラダ</div> <div>くだもの（りんご）</div>        |
| <div>10</div> <div>牛乳</div> <div>ごはん</div> <div>鶏肉のみそ漬け焼き</div> <div>ブロッコリーのごま和え</div> <div>れんこんのきんぴら</div> <div>じゃが芋のみそ汁</div> | <div>11</div> <div>牛乳</div> <div>ミートソース</div> <div>スパゲティ</div> <div>たっぷり野菜のスープ</div> <div>りんごヨーグルト</div>                      | <div>12</div> <div>牛乳</div> <div>ごはん</div> <div>ヒレカツ</div> <div>せん切りキャベツ</div> <div>青菜と油揚げのごま炒め</div> <div>なめこ汁</div> | <div>13</div> <div>牛乳</div> <div>ごはん</div> <div>魚の照り焼き</div> <div>蒸しさつま芋</div> <div>青菜のしらす和え</div> <div>豆腐とあさりのみそ汁</div> | <div>14</div> <div>牛乳</div> <div>シーフードピラフ</div> <div>マセドアンサラダ</div> <div>豆腐とわかめと卵のスープ</div>                                            |
| <div>17</div> <div>牛乳</div> <div>文化祭</div> <div>振り替えきゅうぎょうび</div> <div></div>                                                   | <div>18</div> <div>牛乳</div> <div>ごはん</div> <div>さばの香味じょうゆ焼き</div> <div>じゃが芋の揚げ煮</div> <div>千草和え</div> <div>白菜のみそ汁</div>       | <div>19</div> <div>牛乳</div> <div>えびクリームライス</div> <div>ブロッコリーの</div> <div>ツナリースサラダ</div> <div>大豆のつぶつぶスープ</div>         | <div>20</div> <div>牛乳</div> <div>照り焼きチキンバーガー</div> <div>ミネストローネスープ</div> <div>くだもの（早香）</div>                             | <div>21</div> <div>牛乳</div> <div>ごはん</div> <div>揚げ鶏と野菜の煮物</div> <div>野菜のごま酢和え</div> <div>大根のみそ汁</div>                                  |
| <div>24</div> <div>牛乳</div> <div>勤労感謝の日</div> <div>振り替えきゅうじつ</div> <div></div>                                                  | <div>25</div> <div>牛乳</div> <div>国産小麦のバターロール</div> <div>ほうれん草たっぷり</div> <div>洋風卵焼き</div> <div>ツナサラダ</div> <div>クラムチャウダー</div> | <div>26</div> <div>牛乳</div> <div>牛丼</div> <div>大根としらすのサラダ</div> <div>豆腐と青菜のみそ汁</div> <div>くだもの（りんご）</div>             | <div>27</div> <div>牛乳</div> <div>ごはん</div> <div>魚の西京焼き</div> <div>おひたし</div> <div>五目きんぴら</div> <div>けんちん汁</div>          | <div>28</div> <div>牛乳</div> <div>ごはん</div> <div>チキンカツ</div> <div>せん切りキャベツ</div> <div>きりぼしだいこん</div> <div>切干大根の煮物</div> <div>きのこ汁</div> |

秋が深まってきました。暑かった夏がうそのようですね。ようやくキンモクセイも満開になり、秋らしい香りが街いっぱいに広がっていますね。秋といえば、「食欲の秋」という方も多いかと思いますが。文化祭の練習も本格的になっています。給食をしっかりと食べてパワーアップして、学校生活をしっかりと過ごしてください。

