# 10月 献立表

| 日 | 曜日 | 朝のおやつ | 給食 | 午後のおやつ |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 火 | クラッカーサンド・牛乳 | 赤飯・鶏肉と根菜の煮物・きゅうりの酢の物・みそ汁 | ミルクもち・みかん缶 |
| 2 | 水 | ミルクフレーク | ごはん・クリスピーチキン・ポテトサラダ・人参ポタージュ | お好み焼き・牛乳 |
| 3 | 木 | マカロニきな粉・牛乳 | きつねうどん・千草焼き・レモンサラダ・バナナ | わかめおにぎり |
| 4 | 金 | チーズトースト・牛乳 | ごはん・豚肉とパプリカの炒め物・おからサラダ・すまし汁 | 冷やし焼きいも・牛乳 |
| 5 | 土 | ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ | | |
| 6 | 日 | ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ | | |
| 7 | 月 | きな粉麩ラスク・牛乳 | きのこの甘辛丼・ひじきの煮物・すまし汁・りんご | 枝豆とチーズのスコーン・牛乳 |
| 8 | 火 | クラッカーサンド・牛乳 | ごはん・魚とレンコンの照り焼き・大根の酢の物・みそ汁 | かぼちゃクッキー・牛乳 |
| 9 | 水 | ミルクフレーク | ごはん・はんぺんのコーン焼き・いんげんの胡麻和え・だご汁 | ピザ・牛乳 |
| 10 | 木 | フルーツゼリー | ごはん・中華炒め・里芋の唐揚げ・キャベツスープ | ほうれん草蒸しパン・牛乳 |
| 11 | 金 | ツナトースト★牛乳 | タコス・メキシカンスープ・かぼちゃのビーンズサラダ・梨 | アロス・コン・レチェ |
| 12 | 土 | ジャムヨーグルト | 鶏チャーハン・ブロッコリーのおかか和え・キャベツスープ | アップルパイ風・牛乳 |
| 13 | 日 | ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ | | |
| 14 | 月 | ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ | | |
| 15 | 火 | クラッカーサンド・牛乳 | 魚のかば焼き・野菜のゆかり和え・みそ汁・バナナ | ひじき蒸しパン・牛乳 |
| 16 | 水 | ミルクフレーク | ごはん・豚肉の生姜焼き・白和え・すまし汁 | 大学芋・牛乳 |
| 17 | 木 | 胡麻マカロニ・牛乳 | 豆乳担々麺・キャベツの中華和え・わかめスープ・りんご | しらすおにぎり |
| 18 | 金 | そうめん | ごはん・鶏肉のチーズ焼き・海藻サラダ・みそ汁 | 豆乳ももゼリー |
| 19 | 土 | ジャムヨーグルト | ピラフ・ポークチャップ・コンソメスープ | シュガートースト・牛乳 |
| 20 | 日 | ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ | | |
| 21 | 月 | 麩ラスク・牛乳 | にら玉豚丼・春雨サラダ・中華スープ・バナナ | ほうれん草ケーキ・牛乳 |
| 22 | 火 | チーズスティック・牛乳 | ごはん・かぼちゃコロッケ・フルーツサラダ・ポパイスープ | ココア蒸しパン・牛乳 |
| 23 | 水 | ミルクフレーク | ランチプレート・コンソメスープ・キウイ | お誕生日ケーキ |
| 24 | 木 | マカロニみたらし・牛乳 | ごはん・魚の磯辺焼き・酢みそ和え・すまし汁 | さつまいもパン・牛乳 |
| 25 | 金 | ポップコーン・牛乳 | 麦ごはん・焼肉チキン・トマトのさっぱり和え・のっぺい汁 | 里芋のごま団子・牛乳 |
| 26 | 土 | ジャムヨーグルト | 五目ごはん・豚肉のオイスター炒め・みそ汁 | メロンパンクッキー |
| 27 | 日 | ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ | | |
| 28 | 月 | 青のり麩ラスク・牛乳 | さといもごはん・高野豆腐の煮物・野菜の桜エビ和え・なめこのみそ汁 | オールドファッション・牛乳 |
| 29 | 火 | クラッカーサンド・牛乳 | 麦ごはん・魚の風味焼き・もやしサラダ・すまし汁 | チヂミ・牛乳 |
| 30 | 水 | ミルクフレーク | ごはん・回鍋肉・中華サラダ・たまごスープ | かぼちゃプリン |
| 31 | 木 | カルシウムせんべい・牛乳 | ハヤシライス・れんこんサラダ・コンソメスープ | シュークリーム・牛乳 |

**仕入れの都合により一部献立を変更させていただくことがございます。**