

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-----|---------|----|----|----|
| 10月 | はいぜんびょう | | | |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

10月



1
 いかのよしのあげ
 きいほしだいこんのまぜごはん (はつがまいごはん)
 みそしる

2
 きなこ つきみだんご
 ハンバーグ
 キャベツとコーンのスープ
 パンプキンまるパン

5
 ピーチゼリー (ビビンバのぐ)
 ビビンバ (むぎごはん)
 にらたまスープ

6
 もやしいため
 さほのカーレーあげ
 ごはん
 のっぺいじる

7
 やさいソテー
 こめころーるパン
 さつまいものグラタン

8
 ぶどう
 にくとん (むぎごはん)
 わかめとコーンのスープ

9
 ☆ みかん
 ミニはちみつロールパン
 ごもくまめ
 ほうとう

12
 ウイングスティックのしょうがに(2本)
 しろパン
 りんご
 はるさめのちゅうかさーす

13
 ごもくきんぴら
 さけのしおやき
 ごはん
 みそしる

14
 はくさいのおかかあえ
 こうや豆腐のそぼろごはん (むぎごはん)
 けんちんじる

15
 (ソース) しょうなん ゴールドゼリー
 どんかつサンド (サンドパン・どんかつ)
 ミネストローネ

16
 ☆ キャベツのツナあえ
 みかん
 おむぎごはん
 かけてたべる
 ドライカレー

19
 わふうドレッシング
 ボイルやさい
 きなこパン (はいがコッペパン)
 クリームシチュー

20
 にくじゃが
 のいとこんぶのつくだに
 はつがまいごはん
 かきたまじる

21
 ひじきのふいかけ
 すきやきに
 ごはん
 みそしる

22
 いちごジャム
 コーンソテー
 しょくパン
 ミートポテトのチーズやき

23
 やきのい
 とりにくのおろしソース
 はつがまいごはん
 やさいスープ

26
 ごまドレッシング
 ボイルやさい
 むぎごはん
 きこのストロガノフ

27
 ごましお
 なまあげのしせんに
 ごはん
 ちゅうかさーす

28
 ピタパン
 フルーツポンチ
 はさんでたべる
 ぶたにくのこうみあえ
 ベジタフルスープ

29
 きゅうりのしょうがいため
 めかじきのたつたあげ
 ごはん
 ぶたじる

30
 じこう
 こんだて
 今日の給食