

	10月18日(月)	10月19日(火)	10月20日(水)	10月21日(木)	10月22日(金)	10月23日(土)	10月25日(月)
給食	◇ご飯◇ ◇麻婆豆腐◇ ◇白菜とささみの和え物◇ ◇ヨーグルト◇	◇塩ラーメン◇ ◇れんこんのごまドレ和え◇ ◇柿◇	◇ご飯◇ ◇カレーの香味焼き◇ ◇おほかさサラダ◇ ◇味噌汁◇ ◇バナナ◇	◇ご飯◇ ◇ガリパタ醤油チキン◇ ◇お芋さんサラダ◇ ◇清まし汁◇ ◇ヨーグルト◇	◇NEGロールパン◇ ◇しゃきしゃきバーグ◇ ◇チーズサラダ◇ ◇ミネストローネ◇ ◇みかん◇ ◇牛乳◇	◇ご飯◇ ◇さわらのごまみりん焼き◇ ◇里芋のそぼろあんかけ◇ ◇清まし汁◇ ◇りんご◇	◇ご飯◇ ◇さんまの竜田揚げ◇ ◇かぼちゃのごま和え◇ ◇味噌汁◇ ◇りんご◇
材料	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇麻婆豆腐◇ 木綿豆腐 豚挽き肉 たまねぎ 生椎茸 おろし生姜 おろしにんにく ごま油 赤味噌 三温糖 濃口醤油 合成酒 ガラスープ 片栗粉 青ねぎ ◇白菜とささみの和え物◇ 白菜 鶏ささみ 人参 三温糖 濃口醤油 米酢 ◇ヨーグルト◇ チチヤス低糖ヨーグルト	◇塩ラーメン◇ ラーメン 鶏ささみ カットわかめ チンゲン菜 カーネルコーン ガラスープ 水 食塩 ごま油 ◇れんこんのごまドレ和え◇ れんこん 人参 三温糖 濃口醤油 だし汁 白すりごま マヨドレ(卵不使用) 濃口醤油 三温糖 米酢 さやいんげん ◇柿◇ 柿	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇カレーの香味焼き◇ カスガイ 薄口醤油 本みりん 合成酒 おろし生姜 おろしにんにく ◇おほかさサラダ◇ キャベツ たまねぎ 人参 米酢 三温糖 濃口醤油 食塩 ごま油 糸かつお ◇味噌汁◇ 充填豆腐(絹) しめじ(ぶなしめじ) だし汁 白味噌 青ねぎ ◇バナナ◇ バナナ	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇ガリパタ醤油チキン◇ 鶏もも 濃口醤油 おろしにんにく 合成酒 三温糖 本みりん バター しめじ(ぶなしめじ) エリンギ ◇お芋さんサラダ◇ さつまいも 人参 レーズン マヨドレ(卵不使用) 食塩 ◇清まし汁◇ カットわかめ 小町葱 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇ヨーグルト◇ チチヤス低糖ヨーグルト	◇NEGロールパン◇ NEGロールパン ◇しゃきしゃきバーグ◇ 豚挽き肉 鶏挽き肉 おろし生姜 木綿豆腐 たまねぎ れんこん 鶏卵 食塩 ドライパン粉 -----たれ----- 三温糖 濃口醤油 だし汁 片栗粉 ◇チーズサラダ◇ ブロッコリー 人参 ダイスチーズ フルクトレッシング白 三温糖 食塩 ◇ミネストローネ◇ じゃがいも(メークイン) たまねぎ ダイストマト マカロニ チキンコンソメ 食塩 水 ◇みかん◇ みかん ◇牛乳◇ 牛乳	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇さわらのごまみりん焼き◇ サワラ 薄口醤油 本みりん 合成酒 白いりごま ◇里芋のそぼろあんかけ◇ 里芋 鶏挽き肉(もも) たまねぎ おろし生姜 サラダ油 白すりごま 三温糖 濃口醤油 合成酒 片栗粉 ◇清まし汁◇ 湯葉 生椎茸 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇りんご◇ りんご	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇さんまの竜田揚げ◇ サンマ 薄口醤油 本みりん 合成酒 おろし生姜 片栗粉 サラダ油 ◇かぼちゃのごま和え◇ 南瓜 サラダ油 おろし生姜 白すりごま 三温糖 濃口醤油 だし汁 ◇味噌汁◇ 大根 油揚げ だし汁 白味噌 青ねぎ ◇りんご◇ りんご
3時おやつ	◇牛乳◇ ◇芋っからあげ◇	◇麦茶◇ ◇昆布おにぎり◇	◇牛乳◇ ◇フレンチトースト◇	◇牛乳◇ ◇あずきときなこのスコーン◇	◇りんごジュース◇ ◇フルーツポンチ◇	◇牛乳◇ ◇ワッフル◇	◇牛乳◇ ◇シュガートースト◇
給食	◇きのこの和風スパゲティ◇ ◇ひじきサラダ◇ ◇清まし汁◇ ◇梨◇	◇ご飯◇ ◇豚肉と白菜の醤油炒め◇ ◇ゆかり和え◇ ◇味噌汁◇ ◇バナナ◇	◇ご飯◇ ◇さわらの漬け焼き◇ ◇里芋の和風サラダ◇ ◇チンゲン菜のスープ◇ ◇柿◇	◇ハロウィンカレー◇ ◇ごぼうのサラダ◇ ◇ヨーグルト◇	◇ご飯◇ ◇鶏肉のマーマレード焼き◇ ◇チンゲン菜の磯和え◇ ◇清まし汁◇ ◇バナナ◇	 <今月使用の旬の食材>	
材料	◇きのこの和風スパゲティ◇ スパゲティ サラダ油 鶏もも小間 しめじ(ぶなしめじ) えのき茸 まいたけ 生椎茸 たまねぎ おろしにんにく 濃口醤油 本みりん 食塩 だし汁 きざみのり ◇ひじきサラダ◇ ひじき 三温糖 濃口醤油 人参 カーネルコーン さやいんげん ライトナフレス油漬 マヨドレ(卵不使用) ◇清まし汁◇ カットわかめ 小町葱 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇梨◇ 梨	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇豚肉と白菜の醤油炒め◇ 豚ももスライス 白菜 たまねぎ 濃口醤油 三温糖 本みりん 合成酒 サラダ油 ◇ゆかり和え◇ もやし キャベツ 人参 ゆかり 薄口醤油 三温糖 ◇味噌汁◇ 充填豆腐(絹) しめじ(ぶなしめじ) だし汁 白味噌 ◇バナナ◇ バナナ	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇さわらの漬け焼き◇ サワラ 薄口醤油 本みりん 合成酒 ◇里芋の和風サラダ◇ 里芋 薄口醤油 三温糖 人参 焼きちくわ ブロッコリー 薄口醤油 三温糖 白いりごま ◇チンゲン菜のスープ◇ チンゲン菜 えのき茸 だし汁 薄口醤油 食塩 ◇柿◇ 柿	◇ハロウィンカレー◇ 精白米 レーズン 人参 ----- 豚挽き肉 じゃがいも(メークイン) たまねぎ 人参 サラダ油 バター 小麦粉(薄力粉) カレー粉 トマトケチャップ ウスターソース 濃口醤油 食塩 チキンコンソメ ◇ごぼうのサラダ◇ ごぼう 人参 さやいんげん 濃口醤油 三温糖 だし汁 マヨドレ(卵不使用) 白いりごま ◇ヨーグルト◇ チチヤス低糖ヨーグルト	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉のマーマレード焼き◇ 鶏もも 濃口醤油 マーマレード 合成酒 ◇チンゲン菜の磯和え◇ チンゲン菜 もやし 人参 ごま油 濃口醤油 三温糖 食塩 きざみのり ◇清まし汁◇ えのき茸 じゃがいも(メークイン) 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇バナナ◇ バナナ	 しめじ、しいたけ、 まいたけ、人参 じゃがいも 、さつまいも、 かぼちゃ 、里芋、れんこん、 ごぼう 、チンゲン菜 たまねぎ、大根、 ブロッコリー 白菜、さやいんげん さけ、さんま	
3時おやつ	◇牛乳◇ ◇のり塩ポテト◇	◇牛乳◇ ◇お麩ラスク◇	◇牛乳◇ ◇りんごクッキー◇卵不使用	◇カルピス◇ ◇かぼちゃの米粉ケーキ◇	◇牛乳◇ ◇ミニメロンパン◇		



	10月1日(金)	10月2日(土)	10月4日(月)	10月5日(火)	10月6日(水)	10月7日(木)	10月8日(金)
給食	<p>◇親子丼◇ ◇チゲン菜のじゃこサラダ◇ ◇味噌汁◇ ◇梨◇</p>	<p>◇ご飯◇ ◇鮭の味噌焼き◇ ◇かぼちゃのそぼろ煮◇ ◇清まし汁◇ ◇ヨーグルト◇</p>	<p>◇ご飯◇ ◇カレイの海苔パン粉焼◇ ◇五目ひじき◇ ◇清まし汁◇ ◇りんご◇</p>	<p>◇ご飯◇ ◇豚肉じゃが◇ ◇白菜の塩昆布和え◇ ◇味噌汁◇ ◇バナナ◇</p>	<p>◇NEG丸ロール◇ ◇ポークチャップ◇ ◇ブロッコリーサラダ◇ ◇かぼちゃスープ◇ ◇梨◇ ◇牛乳◇</p>	<p>◇ご飯◇ ◇鶏肉のかりん揚げ◇ ◇切干大根の煮物◇ ◇清まし汁◇ ◇ヨーグルト◇</p>	<p>◇ピピンパ丼◇ ◇マカロニサラダ◇ ◇かき玉汁◇ ◇柿◇</p>
材料	<p>◇親子丼◇ 精白米 鶏もも小間 おろし生姜 たまねぎ 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 鶏卵 糸みつば きざみのり ◇チゲン菜のじゃこサラダ◇ チゲン菜 もやし 釜揚げしらす カーネルコーン 三温糖 濃口醤油 薄口醤油 だし汁 サラダ油 米酢 ◇味噌汁◇ 白菜 小町麩 だし汁 白味噌 ◇梨◇ 梨</p>	<p>◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鮭の味噌焼き◇ トラウトサーモン 白味噌 三温糖 濃口醤油 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇かぼちゃのそぼろ煮◇ 南瓜 たまねぎ 鶏挽き肉 おろし生姜 三温糖 濃口醤油 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇清まし汁◇ 大根 油揚げ 薄口醤油 食塩 だし汁 糸みつば ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト</p>	<p>◇ご飯◇ 精白米 水 ◇カレイの海苔パン粉焼◇ カラスカイ 青のり 食塩 ドライパン粉 サラダ油 ◇五目ひじき◇ 大豆水煮 ひじき 人参 さやいんげん 焼きちくわ 三温糖 濃口醤油 薄口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ そうめん しめじ(ぶなしめじ) 薄口醤油 食塩 だし汁 糸みつば ◇りんご◇ りんご</p>	<p>◇ご飯◇ 精白米 水 ◇豚肉じゃが◇ じゃがいも(メークイン) 豚ももスライス たまねぎ 人参 白滝(糸こんにゃく) 三温糖 濃口醤油 薄口醤油 だし汁 ◇白菜の塩昆布和え◇ 白菜 もやし 人参 塩昆布 薄口醤油 三温糖 米酢 ◇味噌汁◇ 充填豆腐(絹) 生椎茸 だし汁 白味噌 ◇バナナ◇ バナナ</p>	<p>◇NEG丸ロール◇ NEG丸ロール ◇ポークチャップ◇ 豚ももスライス たまねぎ しめじ(ぶなしめじ) 人参 おろし生姜 サラダ油 チキンコンソメ トマトケチャップ 三温糖 ウスターソース ◇ブロッコリーサラダ◇ ブロッコリー 人参 カーネルコーン フレッシュレモン汁 三温糖 食塩 ◇かぼちゃスープ◇ 南瓜 たまねぎ チキンコンソメ 薄口醤油 食塩 豆乳 水 片栗粉 ◇梨◇ 梨 ◇牛乳◇ 牛乳</p>	<p>◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉のかりん揚げ◇ 鶏もも 合成酒 濃口醤油 片栗粉 サラダ油 濃口醤油 本みりん 三温糖 水 白いりごま ◇切干大根の煮物◇ 切干し大根 人参 生椎茸 油揚げ サラダ油 三温糖 薄口醤油 だし汁 さやいんげん ◇清まし汁◇ えのき茸 小町麩 薄口醤油 食塩 だし汁 糸みつば ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト</p>	<p>◇ピピンパ丼◇ 精白米 豚挽き肉 おろし生姜 三温糖 濃口醤油 合成酒 もやし 人参 米酢 三温糖 薄口醤油 食塩 白いりごま ◇マカロニサラダ◇ マカロニ ブロッコリー 人参 生椎茸 ごま油 濃口醤油 三温糖 ◇かき玉汁◇ 鶏卵 薄口醤油 食塩 だし汁 青ねぎ ◇柿◇ 柿</p>
3時おやつ	<p>◇牛乳◇ ◇米粉さつまいもドーナツ◇</p>	<p>◇牛乳◇ ◇パームクーヘン◇</p>	<p>◇牛乳◇ ◇ごぼうのコアクッキー◇卵不使用</p>	<p>◇牛乳◇ ◇りんごクリームサンド◇</p>	<p>◇麦茶◇ ◇おなかチーズおにぎり◇</p>	<p>◇牛乳◇ ◇ふかし芋◇</p>	<p>◇牛乳◇ ◇大学かぼちゃ◇</p>
給食	<p>◇ご飯◇ ◇あじの漬け焼き◇ ◇わかめ和え◇ ◇味噌汁◇ ◇バナナ◇</p>	<p>◇ほうとう風うどん◇ ◇ささみのフリッター◇ ◇梨◇</p>	<p>◇ご飯◇ ◇豚肉の生姜焼き◇ ◇ブロッコリーのごま和え◇ ◇清まし汁◇ ◇りんご◇</p>	<p>◇きのこの炊き込み御飯◇ ◇さんまの塩焼き◇ ◇大根の酢の物◇ ◇味噌汁◇ ◇バナナ◇</p>	<p>◇ご飯◇ ◇ホイコーロー◇ ◇中華春雨サラダ◇ ◇玉子スープ◇ ◇ヨーグルト◇</p>	<p>◇NEGイエローロール◇ ◇鮭のマヨネーズ焼き◇ ◇じゃがバターコーン◇ ◇コンソメスープ◇ ◇柿◇ ◇牛乳◇</p>	<p>◇ご飯◇ ◇鶏肉の照り焼き◇ ◇南瓜サラダ◇ ◇味噌汁◇ ◇りんご◇</p>
材料	<p>◇ご飯◇ 精白米 水 ◇あじの漬け焼き◇ アジ 薄口醤油 本みりん 合成酒 サラダ油 ◇わかめ和え◇ キャベツ もやし カットわかめ ごま油 濃口醤油 三温糖 ◇味噌汁◇ さつまいも 人参 だし汁 白味噌 ◇バナナ◇ バナナ</p>	<p>◇ほうとう風うどん◇ うどん 南瓜 白菜 大根 油揚げ 人参 しめじ(ぶなしめじ) 合成酒 白味噌 本みりん だし汁 片栗粉 ◇ささみのフリッター◇ 鶏ささみ 薄口醤油 本みりん 天ぷら粉 水 サラダ油 ◇梨◇ 梨</p>	<p>◇ご飯◇ 精白米 水 ◇豚肉の生姜焼き◇ 豚ももスライス たまねぎ おろし生姜 濃口醤油 三温糖 本みりん 合成酒 サラダ油 ◇ブロッコリーのごま和え◇ ブロッコリー 人参 白いりごま 三温糖 濃口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 えのき茸 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇りんご◇ りんご</p>	<p>◇きのこの炊き込み御飯◇ 精白米 油揚げ 人参 まいたけ 生椎茸 濃口醤油 本みりん 合成酒 食塩 ◇さんまの塩焼き◇ さんま 食塩 ◇大根の酢の物◇ 大根 人参 焼きちくわ 米酢 三温糖 本みりん 薄口醤油 食塩 ◇味噌汁◇ 充填豆腐(絹) 小町麩 だし汁 白味噌 青ねぎ ◇バナナ◇ バナナ</p>	<p>◇ご飯◇ 精白米 水 ◇ホイコーロー◇ 豚ももスライス キャベツ ピーマン サラダ油 赤味噌 おろし生姜 濃口醤油 合成酒 本みりん 三温糖 ◇中華春雨サラダ◇ 春雨(でんぶん) チゲン菜 人参 ごま油 濃口醤油 三温糖 米酢 白いりごま ◇玉子スープ◇ 鶏卵 カットわかめ ガラスープ 薄口醤油 食塩 水 片栗粉 ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト</p>	<p>◇NEGイエローロール◇ NEGイエローロール ◇鮭のマヨネーズ焼き◇ トラウトサーモン 食塩 小麦粉(薄力粉) マヨドレ(卵不使用) ◇じゃがバターコーン◇ じゃがいも(メークイン) たまねぎ ブロッコリー カーネルコーン バター 食塩 薄口醤油 ◇コンソメスープ◇ キャベツ 人参 しめじ(ぶなしめじ) チキンコンソメ 食塩 薄口醤油 水 ◇柿◇ 柿 ◇牛乳◇ 牛乳</p>	<p>◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉の照り焼き◇ 鶏もも 濃口醤油 三温糖 合成酒 片栗粉 ◇南瓜サラダ◇ 南瓜 人参 レーズン マヨドレ(卵不使用) 食塩 ◇味噌汁◇ たまねぎ 生椎茸 だし汁 白味噌 青ねぎ ◇りんご◇ りんご</p>
3時おやつ	<p>◇牛乳◇ ◇黒糖まんじゅうとせんべい◇</p>	<p>◇麦茶◇ ◇フルーツヨーグルト◇</p>	<p>◇牛乳◇ ◇ココア揚げパン◇</p>	<p>◇牛乳◇ ◇かぼちゃクッキー◇卵不使用</p>	<p>◇牛乳◇ ◇オレンジゼリーとマリー◇</p>	<p>◇麦茶◇ ◇ゆかりおにぎり◇</p>	<p>◇牛乳◇ ◇ミニたい焼き◇</p>