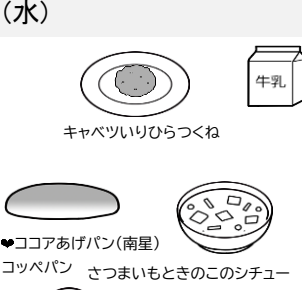
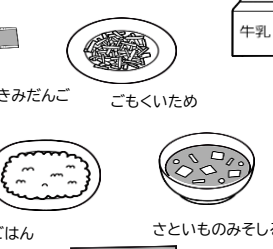
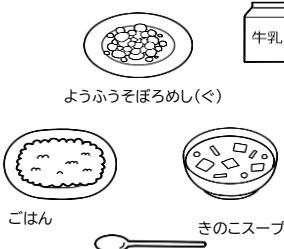
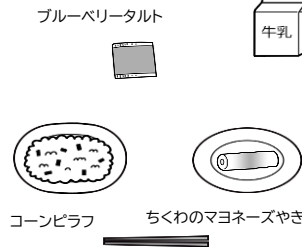
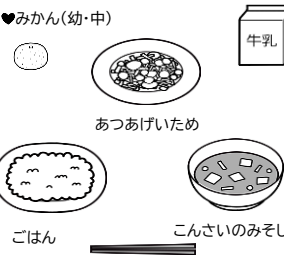
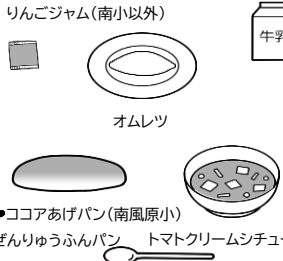
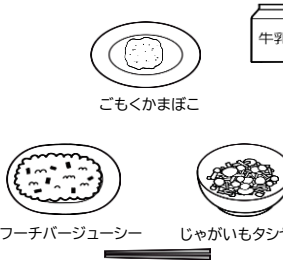
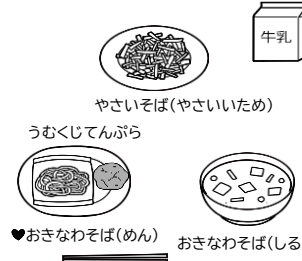
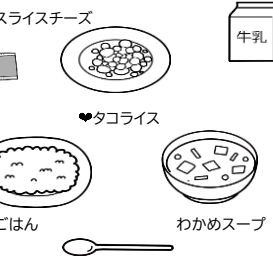
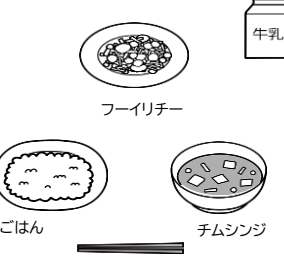
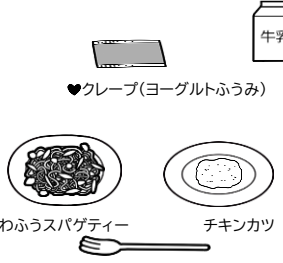
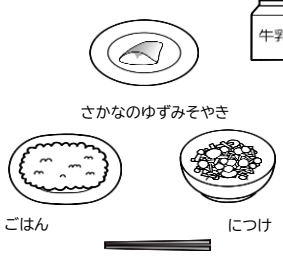
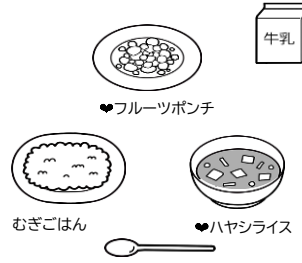
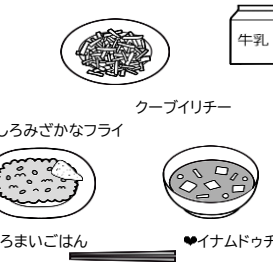
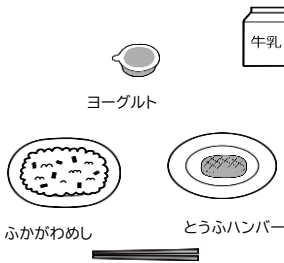
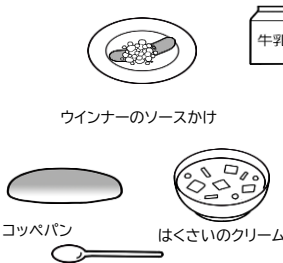
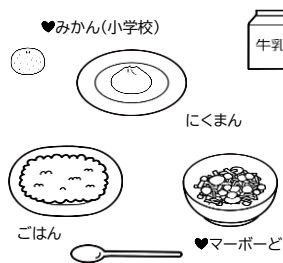
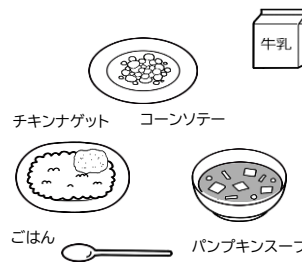


10月 よていこんだてひょう

食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります。※魚には小骨がある可能性があります。気をつけて食べましょう。

こ ん だ て		アレルギー物質を含む 食品の表示について 料理別に食品を明記 した詳細献立表を準 備しています。 必要な方は担任へ申 し出てください。	1(水)  牛乳	2(木)  牛乳	3(金)  牛乳
あ か き み ど り			ぎゅうにゅう だっしふんにゅう とりにく ベーコン しらはなまめ しろいんげんまめ つくね パン だいずあぶら さとう こくとう アーモンド こむぎこ さつまいも たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ かぼちゃひきにくフライ こめ だいずあぶら さとう こんにゃく、にんじん、たまねぎ はくさい ほうれんそう ながねぎ にんにく	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ あぶらあげ ツナ のり こめ だいずあぶら さとう ごま だいこん にんじん しいたけ ねぎ こまつな こんにゃく きくらげ
こ ん だ て	6(月) 十五夜  牛乳	7(火)  牛乳	8(水)  牛乳	9(木)  牛乳	10(金) 目の愛護デー  牛乳
あ か き み ど り	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ あぶらあげ みそ こめ さといも だいずあぶら ごまあぶら でんぶん つきみだんご にんじん ながねぎ たまねぎ きゃべつ いんげん たけのこ きくらげ しょうが にんにく	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず こめ だいずあぶら さとう しめじ えのき だいこん こまつな しいたけ 赤ピーマン ピーマン たまねぎ コーン えだまめ しょうが にんにく	ぎゅうにゅう とりにく たまご ぶたにく こめ ごまあぶら でんぶん だいずあぶら さとう にんじん こまつな たまねぎ しょうが ピーマン たけのこ にんにく	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ わかめ みそ だいず ひじき おから ささみフライ こめ さとう だいずあぶら にんじん とうがん もやし たまねぎ えだまめ たまねぎ にんじん パセリ グリンピース マッシュルーム コーン にんにく	ぎゅうにゅう とりにく ウィンナー ちくわ だっしふんにゅう チーズ あおのり いとけずり こめ だいずあぶら ノンエッグマヨネーズ タルト たまねぎ にんじん パセリ グリンピース マッシュルーム コーン にんにく
こ ん だ て	13(月) スポーツの日 ♥おいしい給食 リクエスト♥ 9月から毎年恒例の小6年・中3 年のリクエストを給食に取り入 れています。どの学校がリクエ ストしたのかは給食時間の放送で 発表します。献立表には「♥」印 で表示しています。 	14(火)  牛乳	15(水)  牛乳	16(木) 琉球料理の日  牛乳	17(金) 沖縄そばの日  牛乳
あ か き み ど り	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ わかめ ぶたにく だいず ぶたレバー チーズ こめ だいずあぶら たけのこ えのき ねぎ しょうが たまねぎ にんじん あかピーマン ピーマン トマト	ぎゅうにゅう ぶたにく ぶたレバー みそ ツナ ふ たまご こめ じゃがいも だいずあぶら だいこん にんじん にら にんにく もやし からしな ねぎ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン チキンカツ スパゲティ だいずあぶら オリーブオイル クレープ にんじん たまねぎ きゃべつ こまつな にんにく たまねぎ にんじん コーン にんにく トマト	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ こんぶ かまぼこ にめ だいずあぶら じゃがいも にんじん フーチーバー しいたけ にら ねぎ にんじん もやし こまつな きくらげ にんにく	ぎゅうにゅう かまぼこ ぶたにく おきなわそば だいずあぶら うむくじてんぷら ねぎ にんじん もやし こまつな きくらげ にんにく
こ ん だ て	20(月)  牛乳	21(火)  牛乳	22(水)  牛乳	23(木)  牛乳	24(金)  牛乳
あ か き み ど り	ぎゅうにゅう ちくわ とうふ わかめ ぶたにく だいず ぶたレバー チーズ こめ だいずあぶら たけのこ えのき ねぎ しょうが たまねぎ にんじん あかピーマン ピーマン トマト	ぎゅうにゅう ぶたにく ぶたレバー みそ ツナ ふ たまご こめ じゃがいも だいずあぶら だいこん にんじん にら にんにく もやし からしな ねぎ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン チキンカツ スパゲティ だいずあぶら オリーブオイル クレープ にんじん たまねぎ きゃべつ こまつな にんにく たまねぎ にんじん コーン にんにく トマト	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ こんぶ ちくわ さば みそ こめ さとう こんにゃく にんじん だいこん いんげん ゆず にんじん たまねぎ マッシュルーム グリンピース にんにく パイン みかん もも ようなし ぶどう さくらんぼ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく こめ むぎこ こむぎこ だいずあぶら にんじん たまねぎ マッシュルーム グリンピース にんにく パイン みかん もも ようなし ぶどう さくらんぼ
こ ん だ て	27(月) カジマヤー  牛乳	28(火)  牛乳	29(水)  牛乳	30(木)  牛乳	31(金) ハロウィン  牛乳
あ か き み ど り	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ みそ こんぶ しろみぎかなフライ こめ こくしまい だいずあぶら さとう こんにゃく しいたけ にんじん	ぎゅうにゅう あさり ちくわ あぶらあげ ひじき とうふハンバーグ ヨーグルト こめ だいずあぶら ごぼう にんじん こんにゃく しいたけ ねぎ	ぎゅうにゅう ウィンナー とりにく しらはなまめ しろいんげんまめ パン オリーブオイル じゃがいも だいずあぶら こむぎこ たまねぎ トマト にんじん はくさい コーン にんにく	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいず みそ にくまん こめ だいずあぶら ごまあぶら さとう でんぶん にんじん たまねぎ にら しいたけ にんにく しょうが みかん	ぎゅうにゅう とりにく ウィンナー チキンナゲット こめ だいずあぶら こむぎこ たまねぎ かぼちゃ パセリ にんにく コーン こまつな きゃべつ