

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
		01 牛乳 ごはん サバの香味焼き はりはり和え じゃぶ	02 牛乳 ごはん 豚肉ときのこの炒め物 アーモンド和え 春雨スープ	03 文化の日
		【カミカミメニュー】		
06 牛乳 黒糖ロール チキンの香草パン粉焼き マリネ風サラダ さつまいもシチュー	07 牛乳 ごはん 春巻き フルーツヨーグルト 八宝菜	08 牛乳 ごはん キスのカレー風味揚げ こまつなサラダ 呉汁	09 牛乳 ごはん 干草焼き ほうれん草とハムの和え物 ぐっすりきのこのみそ汁	10 牛乳 ごはん サンマのかば焼き ごま酢和え 筑前煮
		【いい歯の日メニュー】	【睡眠の質 向上メニュー】	【カミカミメニュー】
13 牛乳 秋なすのミートスパゲティ 焼き栗コロッケ 花野菜サラダ	14 牛乳 ごはん 鶏肉の照り焼き 白菜のごま和え 大根のみそ汁 セコガニ(小学校)	15 牛乳 ごはん サバの竜田揚げ ミルクおから 秋野菜のみそ汁	16 牛乳 麦ごはん さつまいもとれんこんのカレー きのこサラダ 梨(新興)	17 牛乳 ごはん 鶏肉のみそ焼き キャベツ梅風味 ちゃんこ汁 セコガニ(中学校)
20 牛乳 ハニーレモントースト スペイン風オムレツ (個食ケチャップ) 白菜サラダ スイートポテトポタージュ	21 牛乳 ゆかりごはん ホキのフレイク焼き きんぴらごぼう アルファベットスープ クレープ	22 牛乳 ごはん サワラのみそ煮 キャベツちりめん けんちん汁 新杵の栴餅(中学校)	23 勤労感謝の日	24 牛乳 秋の香ごはん カレイのから揚げ ほうれん草の白和え 浜坂ちくわと湯葉のすまし
	【北小 希望献立】			【和食の日】
27 牛乳 きつねうどん 串カツ 白菜のレモン和え	28 牛乳 ごはん 手作り豆腐ハンバーグ れんこんの和え物 三尾産わかめのみそ汁	29 牛乳 ごはん 和風チキン きのこのおひたし さつまいものかす汁 新杵の栴餅(小学校)	30 牛乳 ごはん 鮭のチャンチャン焼き もやしの和え物 のっぺい汁	
	【カミカミメニュー】			