

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
				01牛乳 ごはん 鶏のチリソース チャプチェ 青菜のスープ
				
04振替休日	05牛乳 コッペパン ほうれん草オムレツ 大根の和風サラダ 眠れるきのこシチュー	06牛乳 ごはん 鮭のチャンチャン焼き もやしの梅和え 田舎汁	07牛乳 ごはん 豚肉とキムチの炒め物 中華風和え物 かきたまスープ	08牛乳 さつまいもごはん サバのみぞれがけ 白菜のごま昆布和え 豆腐とわかめのみそ汁
				
	【睡眠の質 向上メニュー】			
11牛乳 けんちんうどん 浜坂ちくわのいそべ揚げ 湯葉と小松菜の和え物	12牛乳 ごはん 鶏肉の照り焼き れんこんの和え物 油揚げのみそ汁	13牛乳 ごはん 松風焼き ほうれん草とハムの和え物 はんぺんすまし汁	14牛乳 ごはん サバのみりん干し ハリハリ漬け きのこのみそ汁	15牛乳 秋野菜カレー （ごはん） こまツナサラダ 青りんご
				
	《セコガニ》		《セコガニ》	【カミカミメニュー】
18牛乳 フレンチトースト サウザンサラダ コーンポタージュ 型抜きチーズ	19牛乳 ごはん アジフライ 白菜の土佐酢和え 麩のすまし汁	20牛乳 ごはん 鶏肉のスタミナ焼き ごぼうサラダ ジュリエヌスープ	21牛乳 ごはん 揚げぎょうざ 春雨の中華サラダ さつまいもの豚汁 もちアイス	22牛乳 秋の香ごはん 鮭の照り焼き ほうれん草の白和え 浜坂ちくわのすまし汁
				
	【バランスおすすめメニュー】	【カミカミメニュー】	【西小 希望献立】	【和食の日】
25牛乳 ちゃんぽんめん 変わり大学いも ナムル	26牛乳 ごはん 浜坂ちくわのグラタン ゆかり和え なめこ汁 チョコクレープ	27牛乳 ごはん 手作り豆腐ハンバーグ 大根のツナのサラダ 白菜のミルクスープ	28牛乳 ごはん キスの香味揚げ 切干大根の和え物 筑前煮	29牛乳 ごはん 鶏のフレーク焼き きんぴらごぼう さつまいものみそ汁
		都合により 写真はありません		
	【北小 希望献立】		【カミカミメニュー】	【カミカミメニュー】

※食材の都合により、28日(木)の献立は給食だよりと異なります。