



日	曜日	パン	ふりかけ など	のみ もの	おおきいおかず	ちいさいおかず		くだもの デザート	ひとこと
1	火	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	みそしる	ぶたかくにどん のぐ	ぶどうまめ		赤の食べ物 だいず
2	水	ごはん		ぎゅうにゅう 	さつまじる	さかなの あんかけ	そくせきづけ		旬の食品 かつお
3	木	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	ちゅうかどんのぐ	ちゅうかあえ			中高学年 ごはん多め
4	金	ごはん	のりの つくだに	ぎゅうにゅう 	かきたまじる	さばの たつたあげ	きんぴらダイコン カレーふうみ		旬の食品 さば
7	月	むぎ ごはん	ふりかけ	ぎゅうにゅう 	ふくめに	おひたし			旬の食品 さといも
8	火	ごはん	ごましお	ぎゅうにゅう 	けんちんじる	ししゃもフライ (1人2本)	そくせきづけ		赤の食べ物 ししゃも
9	水	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	すましじる	あきあじごはん のぐ	さつまいもとくり のあまに		10/11 十三夜
10	木	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	みそしる	おやこどんのぐ		かき	旬の食品 かき
11	金	あげ パン		ぎゅうにゅう 	タイプーエン			みかん	熊本県の 郷土料理
15	火	ぶどう パン	チーズ	ぎゅうにゅう 	きのこスパゲティ	フレンチサラダ 【ドレッシング】			旬の食品 きのこ
16	水	はいが ごはん		プルーン はっこう乳	ポークカレー	ごますあえ			中高学年 ごはん多め
17	木	しよく パン	りんご ジャム	ぎゅうにゅう 	スコッチブロス	ホキフライ 【ソース】	こふきいも		ラグビー発祥 イギリス料理
18	金	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	ごじる	ツナそぼろ	おひたし		赤の食べ物 まぐろ
23	水	くろ パン		ぎゅうにゅう 	さけのクリームに	ごぼうソテー		ラフランス ゼリー	旬の食品 さけ
24	木	くり ごはん		ぎゅうにゅう 	いしかりじる	とりにくのあまからに			創立記念 お祝い
25	金	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	にくじゃが	からししょうゆ あえ	だいずとじゃこ のいりに		赤の食べ物 ちりめんじゃこ
28	月	はいが パン		ぎゅうにゅう 	チリコンカーン	わかめサラダ 【ちりめんじゃこ】		りんご	旬の食品 りんご
29	火	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	ぶたじる	さんまのかばやき (1人2枚)	いそかあえ		旬の食品 さんま
30	水	チーズ パン		ぎゅうにゅう 	こめこトマトシチュー	ひじきサラダ 【ドレッシング】		みかん	赤の食べ物 ひじき
31	木	ごはん		ぎゅうにゅう 	みそしる	ハンバーグ わふうソース	きんぴら		赤の食べ物 みそ

☆給食目標: 食事前後の過ごし方を考えて行動しよう。



今月のはま菜ちゃん→さつまいも、10日～キャベツ、28日～にんじん

