



日	曜日	パン ごはん	ジャム、 チーズなど	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	月	ごはん		ぎゅうにゅう 	くきわかめスープ	なまあげとだいこんのみそいため		11月は地産地消月間
2	火	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	けんちんじる	かつおのごまみそあえ		神奈川県 の郷土料理
4	木	はいが ごはん		ブルー はっこう乳	チキンカレー	ごますあえ		全学年 ごはん多め
5	金	ロール パン		ぎゅうにゅう 	ソースやきそば	ちゅうかあえ	グレープ ゼリー	めんは揚 げています
8	月	ごはん	なつとう 【たれ】	ぎゅうにゅう 	ふくめに	おひたし		旬の食品 こまつな
9	火	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	みそしる	ひじきごはん のぐ	メカリフライ (重さでくぼる)	サンプルで 魚の量確認
10	水	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	みそしる	おやこどのぐ	かき	旬の食品 かき
11	木	まる パン		ぎゅうにゅう 	クリームスープ	サーモンフライ 【ソース】		旬の食品 さけ
12	金	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	みそしる	ツナそぼろ	だいがくいも	旬の食品 さつまいも
15	月	ターメリック ライス		ぎゅうにゅう 	チリコンカーン	かんぴょうのソテー		自校炊飯
16	火	くろ パン		ぎゅうにゅう 	マカロニの クリームに	ごぼうソテー	りんご	旬の食品 りんご
17	水	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	AZUMA ふう だいこんスープ	ビビンバ 【にく】【やさい】		全学年 ごはん多め
18	木	しよく パン	チーズ	ぎゅうにゅう 	ミネストローネ	ツナのカレーいため		上手に 食べよう
19	金	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	マーボーどうふ	ちゅうかあえ	オレンジ ゼリー	中高学年 ごはん多め
22	月	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	かきたまじる	あきあじごはんのぐ		旬の食品 はくさい
24	水	チーズ パン		ぎゅうにゅう 	とりにくの トマトシチュー	キャベツサラダ	ミックス フルーツ	旬の食品 キャベツ
25	木	ごはん		ぎゅうにゅう 	すましじる	さばのみそに	ごまじょうゆあえ	和食の 献立
26	金	むぎ ごはん	なつとう 【たれ】	ぎゅうにゅう 	さわにわん	あじのあんかけ		だしの よさ
29	月	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	つみれじる	にくそぼろ	いそかあえ	全学年 ごはん多め
30	火	ロール パン		ぎゅうにゅう 	わかめスープ	かわりごもくまめ	ラフラン スゼリー	大豆の 産地

きゅうしよくもくひょう かかり とうばん すず きょうりよく
☆給食目標: 係や当番に進んで協力しよう。

今月のはま菜ちゃん→こまつな、キャベツ、だいこん

