



献立盛り付け表



月	火	水	木	金
旬の食べ物 栗 しめじ エリンギ	1 魚の揚げみそ煮 おかか和え 麦ごはん すまし汁	2 切り干し大根と ベーコンの炒め物 ご飯 磯煮	3 パンにチリコンカンを はさんで食べよう！ ヨーグルト チリコンカン 背割りコッペパン 野菜のスープ煮	
6 ごぼうの炒め煮 萩飯 魚そうめん汁	7 さばの梅煮 ごま和え ご飯 味噌汁	8 ハ女地区 新人大会 給食実施 無し	9 チキンチキンごぼう 麦ご飯 中華スープ	10 ハ女市でとれたはちみつ、目の愛護デー ハムサラダ いわし焼 ワンローフパン キャロットシチュー
13 スポーツの日	14 ポークジンジャー ご飯 厚揚げの味噌汁	15 シーザーサラダ 秋の幸カレーライス	16 地産地消の日(栗) あじフライ 昆布和え 栗ごはん 沢煮椀	17 中華サラダ 米粉パン ちゃんぽん
20 チャプチェ ご飯 豆腐と卵の中華スープ	21 いわしの生姜煮 おひたし 麦ご飯 さつまいもの味噌汁	22 千草和え ご飯 肉じゃが	23 キャベツと豆のサラダ 人参ピラフ ラビオリスープ	24 パンにホキフライと茹で野菜、 ソースをはさんで食べよう！ 一食ソース 茹で野菜 ホキフライ 柏型パン クリーンスープ
27 うどんにまるてんを のせて食べよう！ アーモンド和え ゆかりご飯 丸天うどん	28 元気サラダ ハヤシライス	29 みかん 厚揚げのカレー炒め ご飯 春雨スープ	30 魚のピリ辛ソース 香りและ ご飯 味噌汁	31 ペンのトマトソース いちごジャム 卵とチーズのスープ ワンローフパン