

|              |              |              |              |              |
|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| 10月2日<br>月曜日 | 10月3日<br>火曜日 | 10月4日<br>水曜日 | 10月5日<br>木曜日 | 10月6日<br>金曜日 |
|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|

## 【 土小学校 】

| 献立（料理）名      | 献立（料理）名 | 献立（料理）名  | 献立（料理）名  | 献立（料理）名      |
|--------------|---------|----------|----------|--------------|
| 牛乳           | 牛乳      | 牛乳       | 牛乳       | 牛乳           |
| さつま芋ごはん      | 中華丼     | ごはん      | ナシゴレン    | 味噌ラーメン       |
| 鰯の南部焼き       | ナムル     | 秋刀魚の甘露煮  | おさつサラダ   | ブロッコリーの中華サラダ |
| 小松菜と油揚げの煮びたし | 春雨スープ   | 香りあえ     | 切干大根のスープ | チョコチップケーキ    |
| 呉汁           | りんご     | えのき茸のみそ汁 | ふくふく豆    | いり大豆         |
| 大豆小魚         | 大豆アーモンド | いり大豆     |          |              |
|              |         | 月見団子     |          |              |

## 【 酒井根小学校 】

| 献立（料理）名    | 献立（料理）名     | 献立（料理）名 | 献立（料理）名 | 献立（料理）名      |
|------------|-------------|---------|---------|--------------|
| 牛乳         | 牛乳          | 牛乳      | 牛乳      | 牛乳           |
| ごはん        | スパゲッティナポリタン | 栗ごはん    | パン      | ごはん          |
| 焼き海苔       | ブロッコリーサラダ   | 秋刀魚の塩焼き | 秋味のシチュー | 酢豚           |
| 鮭とチーズの包み揚げ | アップルパイ      | 里芋のくわ焼き | コーンサラダ  | チンゲン菜と豆腐のスープ |
| アーモンド和え    | アーモンド小魚     | 味噌けんちん汁 | ヨーグルト   | みかん          |
| かぶのみそ汁     |             |         |         |              |
|            |             |         |         |              |

## 【 酒井根西小学校 】

| 献立（料理）名      | 献立（料理）名     | 献立（料理）名     | 献立（料理）名  | 献立（料理）名 |
|--------------|-------------|-------------|----------|---------|
| 牛乳           | 牛乳          | 牛乳          | 牛乳       | 牛乳      |
| とりごぼうご飯      | チャンポン       | 栗ご飯         | ご飯       | ツナピラフ   |
| ししゃものごまチーズ揚げ | コーンとわかめのサラダ | 鶏肉と里芋のごま味噌煮 | 酢豚       | パインサラダ  |
| のりあえ         | じゃがもち       | たぬき汁        | 味噌ワタンスープ | コーンスープ  |
| かぶの味噌汁       | 鉄分強化ヨーグルト   | 月見団子        | みかん      | アーモンド小魚 |
| きなこ大豆        | アーモンド小魚     |             |          |         |
|              |             |             |          |         |

10月2日  
月曜日10月3日  
火曜日10月4日  
水曜日10月5日  
木曜日10月6日  
金曜日

## 【 名戸ヶ谷小学校 】

| 献立（料理）名   | 献立（料理）名      | 献立（料理）名 | 献立（料理）名 | 献立（料理）名       |
|-----------|--------------|---------|---------|---------------|
| 牛乳        | 牛乳           | 牛乳      | 牛乳      | 牛乳            |
| ご飯        | カレーうどん       | 栗ご飯     | ハヤシライス  | ツナピラフ         |
| 手作り昆布ふりかけ | かぼちゃのそぼろあんかけ | 秋野菜の煮物  | ビーンズサラダ | 野菜たっぷりミネストローネ |
| 小鯨のかりかり揚げ | アップルケーキ      | かきたま汁   | 柿       | おさつチップス       |
| もやしのポン酢和え | いり大豆         | 月見団子    |         |               |
| 豚汁        |              |         |         |               |
| 冷凍みかん     |              |         |         |               |

## 【 増尾西小学校 】

| 献立（料理）名   | 献立（料理）名   | 献立（料理）名  | 献立（料理）名    | 献立（料理）名 |
|-----------|-----------|----------|------------|---------|
| 牛乳        | 牛乳        | 牛乳       | 牛乳         | 牛乳      |
| ご飯        | コッペパン     | 山菜と栗のおこわ | メキシカンライス   | 麻婆かぶ井   |
| 秋刀魚の甘露煮   | チキンカツ     | 鯉と根菜の旨煮  | パインサラダ     | ナムル     |
| わかめのごま酢和え | 野菜サラダ     | 白菜のみそ汁   | 鶏肉と大豆のトマト煮 | 杏仁豆腐    |
| 豚汁        | 豆乳まめまめスープ | お月見団子    | 小魚         | アーモンド小魚 |
| 巨峰        |           |          |            |         |
|           |           |          |            |         |

## 【 土南部小学校 】

| 献立（料理）名   | 献立（料理）名  | 献立（料理）名   | 献立（料理）名 | 献立（料理）名 |
|-----------|----------|-----------|---------|---------|
| 牛乳        | 牛乳       | 牛乳        | 牛乳      | 牛乳      |
| キムチチャーハン  | もろこし御飯   | 月見カレーうどん  | ピザトースト  | 白飯      |
| バンサンスウ    | 鯛の梅煮     | いかと大豆の揚げ煮 | 海藻サラダ   | ふりかけ    |
| 味噌ワタンスープ  | 磯香あえ     | フルーツ白玉    | ポトフ     | 鯉のおろし煮  |
| グレープゼリー   | じゃが芋のみそ汁 | 小魚        | りんご     | 大豆の磯煮   |
| 小魚カシューナッツ | 巨峰       |           | 大豆小魚    | 豚汁      |
|           |          |           |         |         |

## 【 藤心小学校 】

| 献立（料理）名 | 献立（料理）名   | 献立（料理）名 | 献立（料理）名   | 献立（料理）名   |
|---------|-----------|---------|-----------|-----------|
| 牛乳      | 牛乳        | 牛乳      | 牛乳        | 牛乳        |
| ハヤシライス  | ごはん       | さつまいもご飯 | ピザトースト    | ごはん       |
| 柏野菜のサラダ | 手作り豆コロッケ  | 鯉のごま酢がけ | いんげん豆のサラダ | 白身魚のチリソース |
| りんご     | 切干大根のごま和え | アーモンド和え | ポトフ       | バンサンスウ    |
| 小魚&大豆   | すまし汁      | 月見だんご汁  | みかん       | トックのスープ   |
|         | 小魚        | 巨峰      | 小魚        | 黒糖アーモンド   |
|         |           | いり大豆    |           |           |

## 【 逆井小学校 】

| 献立（料理）名   | 献立（料理）名   | 献立（料理）名     | 献立（料理）名  | 献立（料理）名  |
|-----------|-----------|-------------|----------|----------|
| 牛乳        | 牛乳        | 牛乳          | 牛乳       | 牛乳       |
| 豚キムチ丼     | ビビンバ      | ごはん         | セサミトースト  | ごはん      |
| たくあんのごま和え | 豆腐の四川風スープ | すきやき        | ミネストローネ  | ししゃもの唐揚げ |
| 小町麩のすまし汁  | プルーン      | ゆで野菜のごま味噌和え | マセドアンサラダ | 切干大根の旨煮  |
| りんご       |           | 白玉小豆        | いり大豆     | みそけんちん   |
| いり大豆      |           |             |          |          |
|           |           |             |          |          |

|              |              |              |              |              |
|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| 10月2日<br>月曜日 | 10月3日<br>火曜日 | 10月4日<br>水曜日 | 10月5日<br>木曜日 | 10月6日<br>金曜日 |
|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|

## 【 柏第四中学校 】

| 献立（料理）名    | 献立（料理）名      | 献立（料理）名         | 献立（料理）名 | 献立（料理）名 |
|------------|--------------|-----------------|---------|---------|
| 牛乳         | 牛乳           | 牛乳              | 給食無し    | 牛乳      |
| ハヤシライス     | ひじきご飯        | 豚丼              |         | ナン      |
| 梅ドレッシングサラダ | 揚げ鯖のおろしがけ    | キャベツときゅうりのごま酢和え |         | コーンサラダ  |
| フルーツナタデココ  | ごま和え         | 田舎汁             |         | チリコンカン  |
| 煎り大豆       | じゃがいもと豆腐のみそ汁 | 白玉あずき           |         | ヨーグルト   |
|            |              |                 |         | アーモンド小魚 |
|            |              |                 |         |         |

## 【 土中学校 】

| 献立（料理）名   | 献立（料理）名       | 献立（料理）名 | 献立（料理）名     | 献立（料理）名 |
|-----------|---------------|---------|-------------|---------|
| 牛乳        | 牛乳            | 牛乳      | 牛乳          | 牛乳      |
| ごはん       | カレーピラフ        | 秋の香りごはん | 長崎チャンポン     | ごはん     |
| 鯖のごまみそ焼き  | 鮭フライ          | さんまの塩焼き | ししゃもの磯辺揚げ   | 鰯の梅煮    |
| わかめのポン酢和え | 手作りフライソース     | ゆずの香り和え | うま辛ナムル      | 辛し和え    |
| 筑前煮       | ドレッシングサラダ     | いもの子汁   | りんごとさつま芋の甘煮 | どさんこ汁   |
| みそ汁       | レンズ豆とじゃが芋のスープ | みたらし団子  | カシューナッツ小魚   | 黄桃缶     |
| ヨーグルト     | 鉄強化アセロラゼリー    |         |             | アーモンド小魚 |

## 【 中原中学校 】

| 献立（料理）名      | 献立（料理）名            | 献立（料理）名  | 献立（料理）名        | 献立（料理）名     |
|--------------|--------------------|----------|----------------|-------------|
| 牛乳           | 牛乳                 | 牛乳       | テストのため<br>給食なし | 牛乳          |
| 中華丼          | ミルクパン              | まいたけご飯   |                | サフランライス     |
| 豆腐の四川スープ     | なすのミートグラタン         | 秋刀魚の塩焼き  |                | ドライカレー      |
| キャラメルポテト&ナッツ | ブロッコリーサラダ          | 野菜の辛し和え  |                | じゃがいもの味噌サラダ |
|              | きのこのクリームスープ（パスタ入り） | さつま芋の味噌汁 |                | かぶとベーコンのスープ |
|              | 小魚とアーモンド           | ヨーグルト    |                | 小魚          |
|              |                    |          |                |             |

## 【 酒井根中学校 】

| 献立（料理）名       | 献立（料理）名   | 献立（料理）名 | 献立（料理）名 | 献立（料理）名     |
|---------------|-----------|---------|---------|-------------|
| 牛乳            | 牛乳        | 牛乳      | 実施無し    | 牛乳          |
| うずらの卵入りチャンポン麺 | ポークカレーライス | 秋の香りご飯  |         | ご飯          |
| バンサンスウ        | コーンサラダ    | 南部焼き    |         | 麻婆豆腐        |
| スイートポテトの包み揚げ  | アセロラゼリー   | 大豆の磯煮   |         | もやしと春雨のサラダ  |
| 乳酸菌飲料         | 大豆スナック    | 辛し和え    |         | 中華たまごコーンスープ |
| アーモンド小魚       |           | 豚汁      |         | 黒糖大豆        |
|               |           | カシューナッツ |         |             |
|               |           | プルーン    |         |             |

10月2日  
月曜日10月3日  
火曜日10月4日  
水曜日10月5日  
木曜日10月6日  
金曜日

## 【 南部中学校 】

| 献立（料理）名     | 献立（料理）名     | 献立（料理）名 | 献立（料理）名      | 献立（料理）名      |
|-------------|-------------|---------|--------------|--------------|
| 牛乳          | 牛乳          | 牛乳      | 牛乳           | 牛乳           |
| サフランライス     | ミルクパン       | まいたけご飯  | 中華丼          | 大豆とじゃこのご飯    |
| ドライカレー      | なすのミートグラタン  | 秋刀魚の塩焼き | 豆腐の四川スープ     | 鶏肉とうずらの卵の煮込み |
| じゃが芋の味噌サラダ  | ブロッコリーサラダ   | 野菜の辛し和え | キャラメルポテト&ナッツ | 切り干し大根の味噌汁   |
| かぶとベーコンのスープ | きのこのクリームスープ | 味噌けんちん汁 |              | みかん          |
| 小魚          | 小魚とナッツ      | お月見団子   |              |              |
|             |             |         |              |              |

## 【 逆井中学校 】

| 献立（料理）名    | 献立（料理）名    | 献立（料理）名  | 献立（料理）名 | 献立（料理）名 |
|------------|------------|----------|---------|---------|
| 牛乳         | ガーリックトースト  | ご飯       | 給食なし    | 給食なし    |
| 白飯         | 鶏肉と大豆のトマト煮 | ししやもフライ  |         |         |
| しいらの野菜あんかけ | ごぼうサラダ     | 磯香和え     |         |         |
| ごま和え       | ヨーグルト      | みそけんちん汁  |         |         |
| さつま汁       |            | 里芋と鶏肉の煮物 |         |         |
| みかん        |            |          |         |         |
| 小魚アーモンド    |            |          |         |         |