

10月12日
月曜日10月13日
火曜日10月14日
水曜日10月15日
木曜日10月16日
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
サフランライス	ビビンバ	キムチチャーハン	ごはん	ココア揚げパン
エビクリームソース	中華たまごスープ	手作り春巻き	いなだのにんにくしょう油焼き	ひじきのマリネ
ブロッコリーサラダ	フルーツ杏仁	中華トックスープ	磯香和え	大根と鶏肉のポトフ
りんご		大豆アーモンド	里芋の味噌汁	煎り大豆と小魚
アーモンド小魚			メープルカシューナッツ	

【 中原小学校 】

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
わかめごはん	鶏肉のピリ辛焼き	給食ロール	ひじき入りきのこごはん	ペスカトーレ
ししゃもから揚げ	きくらげの中華和え	メルルーサのフライ	肉じゃが	鶏肉とポテトのスープ
ごまあえ	にらたまスープ	寒天サラダ	豆腐とわかめの味噌汁	「ぐりとぐら」のカステラ
麩のすまし汁	みかん	ミネストローネ	梨	いり大豆
ヨーグルト		小魚		

【 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
焼肉炒飯	ご飯	チリソースサンドパン	ご飯	チキンカレーライス
トックと野菜のスープ	鯖の野菜あんかけ	ごぼうのかみかみサラダ	鮭の立田揚げ	ひじきと枝豆のさわやかサラダ
磯ポテト	五目きんぴら	中華たまごスープ	じゃが芋のきんぴら	みかん
小魚	いものこ汁	ココア豆	根菜ときのこのみそ汁	小魚
			ひとくちぶどうゼリー	

【 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
ゆかりごはん	シナモントースト	ごはん	味噌煮込みうどん	豆腐の中華煮井
ししゃもの紅葉揚げ	チリコンカン	秋刀魚の甘露煮	五目豆	にら卵スープ
秋野菜の煮物	ハニーマスタードドレッシングサラダ	おかか和え	黒糖蒸しパン	りんご
大根と油揚げの味噌汁	ヨーグルト	みそけんちん汁	アーモンド小魚	小魚
ぶどう	小魚	みかん		
炒りアーモンド				

【 酒井根東小学校 】

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	ほうとう	さんまごはん	ミルクパン	豆腐のチリソース煮井
とり肉の唐揚げ	野菜の胡麻煮	秋野菜の煮物	ポークビーンズ	ナムル
磯香和え	りんごケーキ	切り干し大根のみそ汁	きのこのサラダ	コーン卵スープ
かきたまみそ汁	アーモンド	巨峰	りんご	小魚ビーンズ
みかん				

10月12日
月曜日10月13日
火曜日10月14日
水曜日10月15日
木曜日10月16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	回鍋肉丼	ミートドリア	ご飯	黒糖パン
ししゃものから揚げソース	中華卵スープ	パインサラダ	小魚とアーモンドの佃煮	チリコンカン
じゃがいもとひじきの金平煮	りんご	キャベツとベーコンのスープ	栗と秋野菜の煮物	わかめサラダ
えのきだけのみそ汁	いりアーモンド	アーモンド小魚	芋煮	みかん
いり大豆		ひとくちももゼリー	ドライプルーン	小魚
みかん			いり大豆	

【 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
チキンピラフ	ご飯	チーズトースト	梅ご飯	チキンカレーライス
マカロニサラダ	鯛の蒲焼き	鶏肉と大豆のトマト煮	鶏肉の照り焼き	わかめとコーンのサラダ
豆乳まめまめスープ	辛子和え	野菜サラダ	磯香和え	りんご
メープルカシューナッツ	呉汁	アーモンド小魚	みそけんちん汁	
	みかん		きな粉豆	

【 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
秋刀魚御飯	ミルクパン	ハヤシライス	ほうとう	ご飯
秋野菜の煮物	チリコンカン	茎わかめのサラダ	キャベツとツナの炒め物	鯛のみりん干し
豆腐とわかめのみそ汁	切干大根のごまサラダ	乳酸菌飲料	さつまいもとりんごのケーキ	ごま和え
	みかん	小魚	いり大豆	みそけんちん汁
				ひとくちぶどうゼリー

【 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
ごはん	ごはん	ビーンズカレーライス	ごはん	ココア揚げパン
油淋鶏	鯛の生姜煮	ドレッシングサラダ	肉豆腐	じゃが玉キャベツのポトフ
中華サラダ	キャベツときゅうりのごま酢和え	フルーツポンチ	根菜ときこのみそ汁	ゆで野菜のごまサラダ
わかめと卵のスープ	小松菜と豆腐のみそ汁	小魚	みかん	小魚カシューナッツ
	ひとくちぶどうゼリー		大豆アーモンド	

【 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
ソース焼きそば	ごはん	豚すき丼	給食ロール	油淋鶏
五目中華スープ	ししゃものサクサク揚げ	梅肉和え	たらのカレームニエル	春雨サラダ
サイダーポンチ	五目豆	大根とわかめのみそ汁	マセドアンサラダ	豆腐とたまごの中華スープ
カシューナッツ	柏野菜のみそ汁	柿	キャベツとベーコンのスープ	りんご
	みかん	いり大豆	ヨーグルト	小魚

10月12日
月曜日10月13日
火曜日10月14日
水曜日10月15日
木曜日10月16日
金曜日

【 風早南部小学校 】

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
ごはん	ごはん	コッペパン	秋刀魚ごはん	チキンドリア
海苔の佃煮	酢豚	秋味のシチュー	いかと里芋の煮物	パインサラダ
肉じゃが	チンゲン菜と豆腐のスープ	コーンサラダ	さつま汁	白菜のスープ
切り干し大根の味噌汁	1/2みかん	グレーゼリー	いり大豆	アーモンド小魚
黒糖ナッツ		小魚	1/2みかん	

【 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	牛乳	牛乳
ご飯	ぶどうパン	ブルコギのつけご飯	ご飯	八宝麺
鯖の生姜煮	わかめとコーンのサラダ	青大豆とひじきのサラダ	秋刀魚の甘露煮	トック入りわかめスープ
野菜の柚子香和え	ポークビーンズ	パインゼリー	カレーきんぴら	巨峰・シャインマスカット
ごま仕立てのみそ汁	ペペロンチーノのソテー	大豆小魚	豆腐とわかめの味噌汁	ローストアーモンド
大豆の磯煮	黒糖ビーンズ		みかん	

【 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
ジャンバラヤ	ご飯	二色揚げパン	ご飯	ご飯
ポトフ	秋刀魚の塩焼き	秋味のクリームシチュー	鯖の野菜あんかけ	豆腐のチリソース煮
豆いりスイートポテト	大根おろし	ひじきと青大豆のサラダ	辛子和え	春雨スープ
小魚	三色和え	小魚	みそけんちん汁	アセロラゼリー
	秋野菜の煮物		みかん	
	豆乳みそ汁			

【 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	牛乳	牛乳
ご飯	五目うどん	すきやきどんぶり	高菜チャーハン	ご飯
はたはたの南蛮漬け	鶏肉とキャベツの味噌炒め	キャベツときゅうりのごま酢あえ	たらとアーモンドの揚げ煮	いわしのみりん干し
アーモンドあえ	さつま芋チップス	呉汁	味噌ワントン	辛子あえ
肉じゃが	ヨーグルト	ぶどう(巨峰)	みかん	茎わかめの金平煮
なめこ汁	小魚とアーモンド			じゃが芋団子の味噌汁

【 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	牛乳	牛乳
ごはん	ごはん	ガーリックトースト	揚げ大豆とじゃこのごはん	ごはん
酢豚	ホキの竜田揚げ	ポークビーンズ	鮭のちゃんちゃん焼き	豚肉のみそ焼き
茎わかめのサラダ	アーモンド和え	わかめとコーンのサラダ	すき昆布サラダ	ひじきとじゃが芋のサラダ
ワントンスープ	こんにやくの炒め煮	じゃがいもといんげんのソテー	のっぺい汁	昆布豆
炒りアーモンド	田舎汁	小魚	みかん	たぬき汁
	りんご			炒り大豆
	大豆小魚			

10月12日
月曜日10月13日
火曜日10月14日
水曜日10月15日
木曜日10月16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
ツナピラフ	ジャージャー麺	ごはん	キャロットパン	ごはん
ごぼうとひじきのかみかみサラダ	トックと卵のスープ	鰹のおろしだれかけ	クリームグラタン	鯛のケチャップソース
ポトフ	抹茶蒸しパン	小松菜のごま味噌和え	もやしと春雨のサラダ	カレーきんぴら
りんご	カシューナッツと小魚	大豆の磯煮	ミネストローネスープ	味噌けんちん汁
アーモンド小魚		みそキムチ汁	大豆小魚	きな粉付き大豆
		みかん		

【 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	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ごはん	メープルハニートースト	秋の香り御飯	味噌ラーメン	ホイコーロー丼
酢豚	青大豆とひじきのマリネ	ししやもの紅葉揚げ	鶏肉とカシューナッツの炒め物	バンサンスウ
ワンタンスープ	ボルシチ	からし和え	黒糖ケーキ	中華くずあんスープ
ミックス缶詰果物		豆腐とキムチの味噌汁		りんご
大豆小魚		りんご		小魚カシューナッツ
		大豆アーモンド		