

10月12日  
月曜日  
体育の日

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

## 【 光ヶ丘小学校 】

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
	わかめごはん	ポークカレーライス	コッペパン	野沢菜チャーハン
	ししゃもの海苔揚げ	茎わかめのサラダ	ポテト入りマカロニグラタン	ナムル
	切干大根の旨煮	手作りアップルゼリー	コーンサラダ	中華たまごスープ
	さつま汁	大豆小魚	白菜とベーコンのスープ	じゃがもち
	巨峰		ひとくちゼリー	福々豆
	いり大豆		いり大豆	

## 【 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
	豆腐の中華丼	ごはん	ごはん	パンプキンパン
	ブロッコリーの中中華サラダ	白身魚と野菜の揚げ煮	鯖のゆず味噌かけ	秋味のクリームシチュー
	春雨スープ	味噌ワントン	ゆかり和え	コーンサラダ
	冷凍みかん	グレープゼリー	のっぺい汁	ヨーグルト
	アーモンドk魚		いり大豆	

## 【 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
	ご飯	中華丼	シナモントースト	しめじご飯
	秋刀魚の松前煮	じゃがいもの味噌サラダ	ごぼうサラダ	鮭のちゃんちゃん焼き
	<small>小松菜とたくあんのごま和え</small>	春雨スープ	ポークビーンズ	ひじきの炒め煮
	じゃがいも団子汁	りんご	黒糖ピーナッツ	すまし汁
	巨峰			アーモンド小魚

## 【 豊小学校 】

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
	味噌ラーメン	ごはん	豆腐のうま煮丼	パエリア
	切り干し大根のナムル	さんまの塩焼き	わかめスープ	三色ビーンズのサラダ
	大豆小魚	大豆の磯煮	大豆小魚	野菜スープ
		豚汁	シナモンポテト	ピーナッツ小魚
		みかん		りんご

## 【 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
	ごはん	ロールパン	わかめごはん	中華丼
	鶏肉の照り焼き	豆入りコロッケ	さけの五目あんかけ	きゅうりの中華風漬物
	ごぼうのパリパリサラダ	ゆで野菜	豆の煮物	豆腐とわかめスープ
	さつまいものみそ汁	ミネストローネ	けんちん汁	福々豆
	みかん	巨峰	なし	
	いり大豆	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

体育の日

## 【 光ヶ丘中学校 】

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
	栗ご飯	ほうとう	ごはん	メキシカンライス
	鯖の唐揚げ	ニラ入り卵焼き	豚の生姜焼き	白身魚のアーモンドフライ
	なます	ブロッコリーサラダ	春雨サラダ	かぶとベーコンのサラダ
	落花生のすり流し汁	さつまいものシナモン揚げ	コロツケ	白菜うずら卵のスープ
	白玉あずき	大豆小魚	すまし汁	グレープゼリー
			りんご	

## 【 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	給食無し	牛乳
	五目ご飯	カレーうどん		ちりめん入り菜飯
	ほっけの一夜干し	ミニ揚げパン		鮭フライ
	切干大根の煮物	アーモンド入りブロッコリーサラダ		おかか和え
	かきたま汁	ヨーグルト		みそ汁
	白玉小豆			里芋のそぼろ煮
				みかん