



令和8年10月献立表



献立に使われている
材料などを確認する
場合は裏面で！！



月	火	水	木	金
October Happy Halloween! 暑さも落ち着き過ぎやすい季節になりました。季節の変わり目なので体調管理に気をつけ、季節の美味しい食べ物を食べ、体調管理に努めましょう			1 ご飯 魚の西京焼き 小松菜の中華炒めのっぺい汁 牛乳 829 kcal	2 ご飯 クリームシチュー 牛肉コロケ コールスロー サラダ 牛乳 925 kcal
5 ちゃんぽん 揚げシュウマイ マーラカオ 牛乳 811 kcal	6 中間考査1日目 中華丼 ひじきサラダ 豆腐とわかめの味噌汁 牛乳 802 kcal	7 中間考査2日目 ご飯 長崎天ぷら 三色野菜の酢の物 茶碗蒸し 牛乳 782 kcal	8 中間考査3日目 ご飯 鶏すき パリパリサラダ フルーツ（梨） 牛乳 871 kcal	9 【県生活体験発表会代休】
12 スポーツの日 	13 中間考査4日目 麦ご飯 回鍋肉 中華スープ すりおろしゼリー 牛乳 754 kcal	14 麦ご飯 魚の揚げ煮 ビーフンソテー 具たくさん みそ汁 牛乳 856 kcal	15 ご飯 麻婆豆腐 春雨スープ 牛乳 849 kcal	16 ハンバーグカレー ツナサラダ ミルクプリン 牛乳 939 kcal
19 ご飯 おでん もやしのサラダ フルーツ（柿） 牛乳 873 kcal	20 わかめご飯 魚のもろこし焼 かぼちゃの旨煮 かき卵汁 牛乳 783 kcal	21 和風スパゲティー プレーンオムレツ 海藻サラダ 野菜スープ 牛乳 777 kcal	22 麦ご飯 鶏の塩唐揚げ 野菜ソテー ワンタン汁 牛乳 892 kcal	23 ハヤシライス パンプキンサラダ ヨーグルッペ ムース 牛乳 882 kcal
26 ゆかりご飯 五目うどん かき揚げ ミルクみかん寒天 牛乳 903 kcal	27 トルコライス ポテトスープ ジョア 牛乳 909 kcal	28 鶏肉のはちみつ焼 タイピーエン オレンジ 牛乳 884 kcal	29 【文化祭1日目】 ご飯 さばのみそ煮 じゃが鯨 けんちん汁 牛乳 798 kcal	30 【文化祭2日目】 ピラフ 南瓜のグラタン コンソメスープ ハロウィンゼリー 牛乳 882 kcal
※天候や仕入れの都合により、献立は予告なく一部変更することがあります。			月平均エネルギー： 850 kcal	
☆☆☆食堂や廊下に掲示してあるとおり、給食の申込と取消の期日は次のようになっています☆☆☆				
毎月分	前月の15日までに申込書,前月の2日までに取消願を提出 例：11月分を申し込む場合は10月15日まで			