10月分献立

※　仕入れの都合上、メニューを変更する場合がございます。ご了承下さいませ。

日付		朝食	昼食		夕食		行事
			A	B	A	B	
1	月	ｸﾛﾜｯｻﾝ(ﾁｮｺ)　牛乳 ｵﾑﾚﾂ 焼きそば ﾊﾑとじゃが芋の炒め ﾐｯｸｽ野菜(中華ﾄﾞﾚ) ｽｰﾌﾟ(人参･筍) 874kcal	ご飯 ﾁｷﾝｶﾂ(味噌ﾀﾞﾚ) ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ 白桃缶 ｽｰﾌﾟ(ｷｬﾍﾞﾂ･ｺｰﾝ) 978kcal	旨辛ｴｽﾆｯｸﾗｲｽ ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ 白桃缶 ｽｰﾌﾟ(ｷｬﾍﾞﾂ･ｺｰﾝ) 777kcal	ご飯 鯖の竜田揚げ ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ ほうれん草の和え物 味噌汁(大根･人参) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 865kcal	ご飯 厚揚げと豚肉の味噌炒め ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ ほうれん草の和え物 味噌汁(大根･人参) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 934kcal	
2	火	ご飯(のりごま) 納豆 温泉卵 ｱｼﾞﾌﾗｲ 豆ｺﾞﾎﾞｳｻﾗﾀﾞ 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ･玉葱) 974kcal	ご飯 秋刀魚の塩焼き ｺｰﾙｽﾛｰ ｵﾆｵﾝﾘﾝｸﾞ 味噌汁(豆腐･葱) 1121kcal	ひじきご飯 たぬきうどん ｺｰﾙｽﾛｰ ｵﾆｵﾝﾘﾝｸﾞ 1091kcal	ご飯 鶏唐と根菜のﾁﾘﾏﾖ ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ 青梗菜のﾂﾅ和え ｽｰﾌﾟ(筍･ﾆﾗ) 牛乳 1175kcal	ご飯 肉じゃが ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ 青梗菜のﾂﾅ和え ｽｰﾌﾟ(筍･ﾆﾗ) 牛乳 897kcal	
3	水	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ(ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ)　牛乳 半熟目玉焼き ｶﾚｰ包み揚げ ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ ﾐｯｸｽ野菜(青じそ) ｽｰﾌﾟ(玉葱･ﾍﾞｰｺﾝ) 841kcal	ご飯 ﾒﾝﾁｶﾂ(ｿｰｽ) ｷｭｰﾌﾞﾏﾖｻﾗﾀﾞ 洋梨缶 味噌汁(卵･葱) 990kcal	中華丼 ｷｭｰﾌﾞﾏﾖｻﾗﾀﾞ 洋梨缶 味噌汁(卵･葱) 800kcal	ご飯 鶏のｶﾞｰﾘｯｸﾍﾟｯﾊﾟｰ焼き ﾍﾙｼｰｻﾗﾀﾞ ﾐﾆｺﾛｯｹ ｽｰﾌﾟ(ﾜｶﾒ･人参) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 1057kcal	ご飯 豚肉の山椒炒め ﾍﾙｼｰｻﾗﾀﾞ ﾐﾆｺﾛｯｹ ｽｰﾌﾟ(ﾜｶﾒ･人参) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 859kcal	
4	木	ご飯(野菜) 鮭の塩焼き 高菜れんこん ﾎﾟｰｸｼｭｳﾏｲ 五目煮 味噌汁(ｺﾞﾎﾞｳ･揚) 867kcal	ご飯 秋刀魚ﾌﾗｲ ﾐｯｸｽ野菜 ﾏﾝｺﾞｰﾌﾟﾘﾝ ｽｰﾌﾟ(白菜･人参) 881kcal	ゆかりご飯 豚ｷﾑﾁﾗｰﾒﾝ ﾐｯｸｽ野菜 ﾏﾝｺﾞｰﾌﾟﾘﾝ 910kcal	ご飯 照焼きﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ 小松菜のｺﾞﾏ和え 味噌汁(麩･葱) 牛乳 1017kcal	ご飯 ﾌﾟﾙｺｷﾞ風 ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ 小松菜のｺﾞﾏ和え 味噌汁(麩･葱) 牛乳 🇰🇷 921kcal	
5	金	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ(ﾘﾝｺﾞ&ﾏｰｶﾞﾘﾝ) ﾎﾞｲﾙｳｲﾝﾅｰ　牛乳 ゆで卵 ﾅﾎﾟﾘﾀﾝ ﾐｯｸｽ野菜(ﾏﾖ) ｽｰﾌﾟ(ｷｸﾗｹﾞ･筍) 993kcal	ご飯 ｺﾛｯｹ&春巻き ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ 杏仁ﾌﾙｰﾂ ｽｰﾌﾟ(ﾁﾝｹﾞﾝ･ｺｰﾝ) 858kcal	五目炒飯 ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ 杏仁ﾌﾙｰﾂ ｽｰﾌﾟ(ﾁﾝｹﾞﾝ･ｺｰﾝ) 720kcal	ご飯 ﾁｷﾝ竜田(ｵｰﾛﾗｿｰｽ) ｺｰﾙｽﾛｰ 菜の花の和え物 味噌汁(卵･ﾆﾗ) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 1027kcal	ご飯 ﾁﾝｼﾞｬｵﾛｰｽ ｺｰﾙｽﾛｰ 菜の花の和え物 味噌汁(卵･ﾆﾗ) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 🇨🇳 844kcal	体育祭予行練習･準備
6	土	ご飯(わかめ) ﾁｷﾝ西京焼き ﾊﾟﾝﾌﾟｷﾝｻﾗﾀﾞ ﾌｨｯｼｭｿｰｾｰｼﾞﾌﾗｲ しそ昆布 味噌汁(豆腐･葱) 937kcal				ﾎﾟｰｸｶﾚｰ ｻﾗﾀﾞ 838kcal	体育祭 秋祭り
7	日	ご飯(味付のり) 黒酢肉団子 きんぴられんこん 厚焼卵 ｻﾞｰｻｲ 味噌汁(白菜･人参) 901kcal	ご飯 鶏肉のﾊﾞｰﾍﾞｷｭｰ炒め ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂﾐｯｸｽ 味噌汁(厚揚･葱) 836kcal	わかめご飯 かき揚げそば ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂﾐｯｸｽ 946kcal	ご飯 鮭のﾏﾖ焼き ｷｭｰﾌﾞﾏﾖｻﾗﾀﾞ ﾊﾞﾝｻﾝｽｰ ｽｰﾌﾟ(菜の花･人参) 牛乳 1126kcal	ご飯 豚肉の甘辛煮 ｷｭｰﾌﾞﾏﾖｻﾗﾀﾞ ﾊﾞﾝｻﾝｽｰ ｽｰﾌﾟ(菜の花･人参) 牛乳 1020kcal	親子面会 英検1次
8	月	ｸﾛﾜｯｻﾝ(ﾁｮｺ)　牛乳 ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ ｷｬﾍﾞﾂと卵ｿﾃｰ ﾗﾋﾞｵﾘ風ﾌﾗｲ ﾐｯｸｽ野菜(和ﾄﾞﾚ) ｽｰﾌﾟ(ﾓﾔｼ･ｺｰﾝ) 940kcal	ご飯 豚ｶﾂ(おろし) ﾍﾙｼｰｻﾗﾀﾞ 黄桃缶 ｽｰﾌﾟ(玉葱･人参) 881kcal	ﾋﾞﾋﾞﾝﾊﾞ丼 ﾍﾙｼｰｻﾗﾀﾞ 黄桃缶 ｽｰﾌﾟ(玉葱･人参) 807kcal	ご飯 筍天と豚唐揚の香酢ｿｰｽ ﾐｯｸｽ野菜 ﾏｶﾛﾆｿﾃｰ 味噌汁(ｺﾞﾎﾞｳ･葱) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 952kcal	ご飯 鶏肉と卵のさっぱり炒め ﾐｯｸｽ野菜 ﾏｶﾛﾆｿﾃｰ 味噌汁(ｺﾞﾎﾞｳ･葱) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 898kcal	体育の日
9	火	ご飯(たらこ) ﾊﾑｽﾃｰｷ 小松菜の和え物 卵ｻﾗﾀﾞ うぐいす豆 味噌汁(大根･揚) 855kcal	ご飯 鶏のﾊﾞｼﾞﾙ焼き ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ ｲｶﾘﾝｸﾞ 味噌汁(大根･揚) 1045kcal	鮭ご飯 牛清湯ﾗｰﾒﾝ ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ ｲｶﾘﾝｸﾞ 931kcal	ご飯 ｴﾋﾞｶﾂ ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ 青梗菜の辛子和え ｽｰﾌﾟ(玉葱･人参) 牛乳 944kcal	ご飯 肉団子のﾄﾏﾄ煮込み ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ 青梗菜の辛子和え ｽｰﾌﾟ(玉葱･人参) 牛乳 1018kcal	
10	水	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ(ｲﾁｺﾞ)　牛乳 ｺﾝﾋﾞﾈｰｼｮﾝｵﾑﾚﾂ ｺｰﾝ春雨ｻﾗﾀﾞ 鶏つくね団子 ﾐｯｸｽ野菜(ｺﾞﾏﾄﾞﾚ) ｽｰﾌﾟ(玉葱･ﾍﾞｰｺﾝ) 892kcal	ご飯 ﾆﾗ豚炒め ｺｰﾙｽﾛｰ ﾐﾙｸ寒天ｻﾗﾀﾞ ｽｰﾌﾟ(ｷｸﾗｹﾞ･葱) 785kcal	ｵﾑﾗｲｽｺﾛｯｹのせﾃﾞﾐ ｺｰﾙｽﾛｰ ﾐﾙｸ寒天ｻﾗﾀﾞ ｽｰﾌﾟ(ｷｸﾗｹﾞ･葱) 959kcal	ご飯 ﾁｷﾝ南蛮 ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ ﾌﾟﾁ芋 味噌汁(卵･ﾆﾗ) ｼﾞｮｱ 977kcal	ご飯 ﾋﾞｰﾌｼﾁｭｰ ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ ﾌﾟﾁ芋 味噌汁(卵･ﾆﾗ) ｼﾞｮｱ 948kcal	
11	木	ご飯(のり佃煮) 牛肉の甘辛炒め煮 ほうれん草の和え物 ちぎり揚げ ﾊﾟﾘﾊﾟﾘｸﾞﾙﾒ 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ･揚) 859kcal	ご飯 ﾑｰｼｰﾛｰ ｷｭｰﾌﾞﾏﾖｻﾗﾀﾞ ｺﾞﾏｻｻﾐｶﾂ 味噌汁(ﾓﾔｼ･人参) 🇨🇳 907kcal	豆わかめご飯 肉うどん ｷｭｰﾌﾞﾏﾖｻﾗﾀﾞ ｺﾞﾏｻｻﾐｶﾂ 1028kcal	ご飯 ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ&のびﾁｰﾒﾝﾁ ﾍﾙｼｰｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂ ｽｰﾌﾟ(小松菜･人参) 牛乳 1101kcal	ﾁｷﾝｶﾚｰ ﾍﾙｼｰｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂ ｽｰﾌﾟ(小松菜･人参) 牛乳 988kcal	おかわりデー
12	金	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ(ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ)　牛乳 ﾌﾗｲﾄﾞﾁｷﾝ ﾊﾑとじゃが芋の炒め ﾅﾎﾟﾘﾀﾝ ﾐｯｸｽ野菜(中華ﾄﾞﾚ) ｽｰﾌﾟ(ﾜｶﾒ･ｺﾞﾏ) 944kcal	ご飯 手作り唐揚げ ﾐｯｸｽ野菜 杏仁ﾌﾙｰﾂ 味噌汁(ｺﾞﾎﾞｳ･揚) 966kcal	炭火焼ﾊﾗﾐの親子丼 ﾐｯｸｽ野菜 杏仁ﾌﾙｰﾂ 味噌汁(ｺﾞﾎﾞｳ･揚) 788kcal	ご飯 ﾈｷﾞ塩豚ｶﾂ ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ 大学芋 ｽｰﾌﾟ(ﾓﾔｼ･ｺｰﾝ) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 981kcal	ご飯 牛肉の四川炒め ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ 大学芋 ｽｰﾌﾟ(ﾓﾔｼ･ｺｰﾝ) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 🇨🇳 943kcal	10月入学式
13	土	ご飯(のりごま) ﾐｰﾄﾎﾞｰﾙ 大豆と白滝の甘辛煮 厚焼卵 ごま昆布 味噌汁(白菜･人参) 922kcal	ご飯 ﾁｷﾝﾏﾖ焼き ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ ﾊﾟｲﾝ缶 ｽｰﾌﾟ(玉葱･人参) 940kcal	ひじきご飯 味噌ﾗｰﾒﾝ ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ ﾊﾟｲﾝ缶 897kcal	ご飯 酢豚 ｺｰﾙｽﾛｰ ﾌﾙｰﾂ 味噌汁(ｴﾉｷ･葱) 牛乳 954kcal	ご飯 麻婆豆腐 ｺｰﾙｽﾛｰ ﾌﾙｰﾂ 味噌汁(ｴﾉｷ･葱) 牛乳 930kcal	
14	日	ご飯(野菜) ﾊﾑｴｯｸﾞ ﾏｶﾛﾆｻﾗﾀﾞ 餃子 ﾅﾑﾙ 味噌汁(ｺﾞﾎﾞｳ･人参) 896kcal	ご飯 豚のにんにく醤油炒め ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ ﾌﾗｲﾄﾞﾎﾟﾃﾄ ｽｰﾌﾟ(ｷｬﾍﾞﾂ･人参) 794kcal	ﾎﾟｰｸｶﾚｰ ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ ﾌﾗｲﾄﾞﾎﾟﾃﾄ ｽｰﾌﾟ(ｷｬﾍﾞﾂ･人参) 939kcal	ご飯 鯖の塩焼き ｷｭｰﾌﾞﾏﾖｻﾗﾀﾞ 目玉焼きﾌﾗｲﾊｰﾌ 味噌汁(厚揚･葱) 牛乳 1100kcal	ご飯 牛肉とﾓﾔｼのﾋﾟﾘ辛炒め ｷｭｰﾌﾞﾏﾖｻﾗﾀﾞ 目玉焼きﾌﾗｲﾊｰﾌ 味噌汁(厚揚･葱) 牛乳 1123kcal	
15	月	ｸﾛﾜｯｻﾝ(ﾁｮｺ)　牛乳 ｵﾑﾚﾂ ｿｰｾｰｼﾞと野菜のｿﾃｰ 焼きそば ﾐｯｸｽ野菜(ｺｰﾙｽﾛｰ) ｽｰﾌﾟ(ｴﾉｷ･葱) 926kcal	ご飯 手作りかき揚げ ﾍﾙｼｰｻﾗﾀﾞ 黄桃缶 ｽｰﾌﾟ(ﾁﾝｹﾞﾝ･人参) 732kcal	ｸﾘｰﾑｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰ ﾍﾙｼｰｻﾗﾀﾞ 黄桃缶 ｽｰﾌﾟ(ﾁﾝｹﾞﾝ･人参) 752kcal	ご飯 ﾆﾝﾆｸ芽のﾁﾘｿｰｽ炒め ﾐｯｸｽ野菜 菜種和え 味噌汁(ｺﾞﾎﾞｳ･葱) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 1099kcal	ご飯 野菜そぼろ炒め ﾐｯｸｽ野菜 菜種和え 味噌汁(ｺﾞﾎﾞｳ･葱) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 862kcal	
16	火	ご飯(わかめ) 納豆 温泉卵 ｻｻﾐﾁｰｽﾞｶﾂ ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ･人参) 957kcal	ご飯 鶏肉の柚子胡椒炒め ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ ｵﾆｵﾝﾘﾝｸﾞ 味噌汁(玉葱･人参) 860kcal	さんまの蒲焼丼 ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ ｵﾆｵﾝﾘﾝｸﾞ 味噌汁(玉葱･人参) 860kcal	ご飯 ﾋﾞｰﾌｶﾂ(卸し) ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ ほうれん草のｺﾞﾏ和え ｽｰﾌﾟ(ﾓﾔｼ･ｺｰﾝ) 牛乳 992kcal	ご飯 筑前煮 ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ ほうれん草のｺﾞﾏ和え ｽｰﾌﾟ(ﾓﾔｼ･ｺｰﾝ) 牛乳 915kcal	
17	水	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ(ﾘﾝｺﾞ)　牛乳 ｺﾝﾋﾞﾈｰｼｮﾝｵﾑﾚﾂ ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰｻﾗﾀﾞ ｶﾚｰ包み揚げ ﾐｯｸｽ野菜(青じそ) ｽｰﾌﾟ(白菜･ﾍﾞｰｺﾝ) 864kcal	ご飯 ﾁｰｽﾞﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ ｺｰﾙｽﾛｰ ﾁｷﾝﾅｹﾞｯﾄ ｽｰﾌﾟ(ｷｸﾗｹﾞ･ﾆﾗ) 1037kcal	ゆかりご飯 知床鶏ｶﾞﾗの塩ﾗｰﾒﾝ ｺｰﾙｽﾛｰ ﾁｷﾝﾅｹﾞｯﾄ 1096kcal	ご飯 ｺﾛｯｹ&ｱｼﾞﾌﾗｲ ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ 蒸鶏とｷｬﾍﾞﾂの和え物 味噌汁(ｼﾒｼﾞ･葱) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 965kcal	ご飯 鶏じゃが ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ 蒸鶏とｷｬﾍﾞﾂの和え物 味噌汁(ｼﾒｼﾞ･葱) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 916kcal	中間テスト発表
18	木	ご飯(味付のり) ﾁﾘｿｰｽ団子 金平牛蒡 ﾐｰﾄｵﾑﾚﾂ ﾊﾟﾘﾊﾟﾘｸﾞﾙﾒ 味噌汁(大根･人参) 886kcal	ご飯 油淋鶏 ｷｭｰﾌﾞﾏﾖｻﾗﾀﾞ 白桃缶 ｽｰﾌﾟ(ﾎｳﾚﾝ･人参) 🇨🇳 932kcal	肉炒飯 ｷｭｰﾌﾞﾏﾖｻﾗﾀﾞ 白桃缶 ｽｰﾌﾟ(ﾎｳﾚﾝ･人参) 822kcal	ご飯 お好み焼き ﾍﾙｼｰｻﾗﾀﾞ ﾊﾑﾏﾖ玉子ﾌﾗｲ 味噌汁(ﾜｶﾒ･葱) 牛乳 1130kcal	ご飯 八宝菜 ﾍﾙｼｰｻﾗﾀﾞ ﾊﾑﾏﾖ玉子ﾌﾗｲ 味噌汁(ﾜｶﾒ･葱) 牛乳 🇨🇳 1071kcal	
19	金	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ(ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ&ﾏｰｶﾞﾘﾝ) ﾎﾞｲﾙｳｲﾝﾅｰ　牛乳 焼きそば ﾍﾞｰｺﾝｴｯｸﾞ ﾐｯｸｽ野菜(ｺｰﾙｽﾛｰ) ｽｰﾌﾟ(玉葱･ｺｰﾝ) 985kcal	ご飯 韓国風すき煮 ﾐｯｸｽ野菜 ﾊﾑｶﾂ 味噌汁(大根･揚) 🇰🇷 907kcal	わかめご飯 きつねうどん ﾐｯｸｽ野菜 ﾊﾑｶﾂ 975kcal	ご飯 ﾒﾝﾁｶﾂ(おろし) ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ 洋梨缶 ｽｰﾌﾟ(菜の花･ｺｰﾝ) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 1007kcal	ｼｭﾘﾝﾌﾟｶﾚｰ ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ 洋梨缶 ｽｰﾌﾟ(菜の花･ｺｰﾝ) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 840kcal	おかわりデー
20	土	ご飯(たらこ) 牛肉の甘辛炒め煮 ｺｰﾝ春雨ｻﾗﾀﾞ ﾌｨｯｼｭｿｰｾｰｼﾞﾌﾗｲ しそ昆布 味噌汁(豆腐･葱) 920kcal	ご飯 きのこと野菜の炒め物 ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ ﾏﾝｺﾞｰﾌﾟﾘﾝ ｽｰﾌﾟ(ﾓﾔｼ･ｺｰﾝ) 786kcal	ｿｰｽｶﾂ丼 ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ ﾏﾝｺﾞｰﾌﾟﾘﾝ ｽｰﾌﾟ(ﾓﾔｼ･ｺｰﾝ) 953kcal	ご飯 鰤の照焼き ｺｰﾙｽﾛｰ 金時煮豆 味噌汁(ｺﾞﾎﾞｳ･葱) 牛乳 1176kcal	ご飯 豚肉と野菜のｻﾑｼﾞｬﾝ炒め ｺｰﾙｽﾛｰ 金時煮豆 味噌汁(ｺﾞﾎﾞｳ･葱) 牛乳 1011kcal	
21	日	ご飯(たまご) 鰺の照焼き 根菜青菜 豆ｺﾞﾎﾞｳｻﾗﾀﾞ ｻﾞｰｻｲ 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ･揚) 864kcal	ご飯 鶏のﾚﾓﾝﾍﾟｯﾊﾟｰ焼き ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ ﾌﾗｲﾄﾞﾎﾟﾃﾄ 味噌汁(ﾁﾝｹﾞﾝ･人参) 991kcal	鮭ご飯 息吹いりこの醤油ﾗｰﾒﾝ ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ ﾌﾗｲﾄﾞﾎﾟﾃﾄ 932kcal	ご飯 ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ&春巻き ｷｭｰﾌﾞﾏﾖｻﾗﾀﾞ ﾏｶﾛﾆｿﾃｰ ｽｰﾌﾟ(ﾍﾞｰｺﾝ･玉葱) 牛乳 1198kcal	ご飯 回鍋肉 ｷｭｰﾌﾞﾏﾖｻﾗﾀﾞ ﾏｶﾛﾆｿﾃｰ ｽｰﾌﾟ(ﾍﾞｰｺﾝ･玉葱) 牛乳 🇨🇳 955kcal	
22	月	ｸﾛﾜｯｻﾝ(ﾁｮｺ)　牛乳 鶏の照焼き ﾊﾑとじゃが芋の炒め 春雨中華ｻﾗﾀﾞ ﾐｯｸｽ野菜(和ﾄﾞﾚ) ｽｰﾌﾟ(人参･ｷｸﾗｹﾞ) 991kcal	ご飯 鶏の甘酢あんかけ ﾍﾙｼｰｻﾗﾀﾞ 卵ｻﾗﾀﾞ ｽｰﾌﾟ(白菜･人参) 1039kcal	ｷﾑﾁ炒飯 ﾍﾙｼｰｻﾗﾀﾞ ｺﾛｯｹ ｽｰﾌﾟ(白菜･人参) 883kcal	ご飯 筍天とﾌﾘｯﾀｰの香酢ｿｰｽ ﾐｯｸｽ野菜 青梗菜のﾜｻﾋﾞ和え 味噌汁(大根･揚) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 929kcal	ご飯 豚肉とﾓﾔｼの炒めﾎﾟﾝ酢 ﾐｯｸｽ野菜 青梗菜のﾜｻﾋﾞ和え 味噌汁(大根･揚) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 964kcal	
23	火	ご飯(のり佃煮) 豚の生姜焼き 餃子 厚焼卵 生酢 味噌汁(ｴﾉｷ･人参) 927kcal	ご飯 ﾋﾞｰﾌｶﾂ(ｿｰｽ) ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂﾐｯｸｽ ｽｰﾌﾟ(ｷｬﾍﾞﾂ･人参) 853kcal	豆わかめご飯 けんちんそば ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂﾐｯｸｽ 885kcal	ご飯 揚鶏の香味ｿｰｽ ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ 春雨のﾏﾖ和え 味噌汁(卵･ﾆﾗ) 牛乳 1140kcal	ご飯 厚揚げと豚肉の味噌炒め ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ 春雨のﾏﾖ和え 味噌汁(卵･ﾆﾗ) 牛乳 1058kcal	
24	水	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ(ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ)　牛乳 ｵﾑﾚﾂ ﾅﾎﾟﾘﾀﾝ ｶﾚｰ包み揚げ ﾐｯｸｽ野菜(ｺﾞﾏﾄﾞﾚ) ｽｰﾌﾟ(玉葱･ﾍﾞｰｺﾝ) 924kcal	ご飯 牛肉と春雨の韓国炒め ｺｰﾙｽﾛｰ 黄桃缶 味噌汁(ﾜｶﾒ･葱) 🇰🇷 842kcal	唐揚ﾃﾘﾏﾖ丼 ｺｰﾙｽﾛｰ 黄桃缶 味噌汁(ﾜｶﾒ･葱) 1115kcal	ご飯 白身魚と野菜の梅ｷﾑﾁだれ ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ ﾌﾟﾁ芋 ｽｰﾌﾟ(白菜･ｺｰﾝ) ﾔｸﾙﾄ 938kcal	ご飯 鶏と野菜のXO醤炒め ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ ﾌﾟﾁ芋 ｽｰﾌﾟ(白菜･ｺｰﾝ) ﾔｸﾙﾄ 815kcal	中間考査①
25	木	ご飯(のりごま) ほうれん草平焼き きんぴられんこん ｼｭｳﾏｲ 味まめ 味噌汁(ｺﾞﾎﾞｳ･揚) 883kcal	ご飯 豚ｶﾂ(ｿｰｽ) ｷｭｰﾌﾞﾏﾖｻﾗﾀﾞ ﾐﾙｸ寒天ｻﾗﾀﾞ ｽｰﾌﾟ(ﾎｳﾚﾝ･人参) 889kcal	ひじきご飯 台湾風ﾗｰﾒﾝ ｷｭｰﾌﾞﾏﾖｻﾗﾀﾞ ﾐﾙｸ寒天ｻﾗﾀﾞ 1051kcal	ご飯 ﾀﾝﾄﾞﾘｰﾁｷﾝ ﾍﾙｼｰｻﾗﾀﾞ ｲｶﾘﾝｸﾞ 味噌汁(ｴﾉｷ･人参) 牛乳 1251kcal	ご飯 牛肉の焼肉風炒め ﾍﾙｼｰｻﾗﾀﾞ ｲｶﾘﾝｸﾞ 味噌汁(ｴﾉｷ･人参) 牛乳 1013kcal	中間考査②
26	金	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ(ﾘﾝｺﾞ)　牛乳 ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ ゆで卵 焼きそば ﾐｯｸｽ野菜(ﾏﾖ) ｽｰﾌﾟ(人参･筍) 936kcal	ご飯 ごま味噌炒め肉豆腐 ﾐｯｸｽ野菜 ﾁｷﾝﾅｹﾞｯﾄ 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ･揚) 1089kcal	ﾋﾞｰﾌｶﾚｰ ﾐｯｸｽ野菜 ﾁｷﾝﾅｹﾞｯﾄ 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ･揚) 1071kcal	ご飯 鶏肉のﾋﾟﾘ辛煮込み ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ ｿｰｾｰｼﾞ天 ｽｰﾌﾟ(菜の花･ｺｰﾝ) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 1146kcal	ご飯 ｽﾀﾐﾅちゃんこ風 ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ ｿｰｾｰｼﾞ天 ｽｰﾌﾟ(菜の花･ｺｰﾝ) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 1044kcal	中間考査③
27	土	ご飯(野菜) 鯖の塩焼き ｺｰﾝ春雨ｻﾗﾀﾞ 厚焼卵 ごま昆布 味噌汁(豆腐･葱) 859kcal	ご飯 鶏の照り煮 ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ 杏仁ﾌﾙｰﾂ ｽｰﾌﾟ(玉葱･人参) 915kcal	ゆかりご飯 月見うどん ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ 杏仁ﾌﾙｰﾂ 770kcal	ご飯 白身ﾌﾗｲ ｺｰﾙｽﾛｰ いんげんのｺﾞﾏ和え 味噌汁(筍･ｷｸﾗｹﾞ) 牛乳 1006kcal	ご飯 里芋と牛肉の旨煮 ｺｰﾙｽﾛｰ いんげんのｺﾞﾏ和え 味噌汁(筍･ｷｸﾗｹﾞ) 牛乳 969kcal	
28	日	ご飯(わかめ) 黒酢肉団子 高菜れんこん ほうれん草ｵﾑﾚﾂ ﾅﾑﾙ 味噌汁(ﾓﾔｼ･ﾜｶﾒ) 881kcal	ご飯 豚のにんにく味噌炒め ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂ 味噌汁(卵･葱) 770kcal	ﾁｷﾝ竜田丼 ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂ 味噌汁(卵･葱) 1002kcal	ご飯 のびﾁｰﾒﾝﾁ&春巻き ｷｭｰﾌﾞﾏﾖｻﾗﾀﾞ 菜の花の和え物 ｽｰﾌﾟ(ｷｬﾍﾞﾂ･玉葱) 牛乳 1107kcal	ご飯 ごろごろ野菜の鶏煮込み ｷｭｰﾌﾞﾏﾖｻﾗﾀﾞ 菜の花の和え物 ｽｰﾌﾟ(ｷｬﾍﾞﾂ･玉葱) 牛乳 1007kcal	
29	月	ｸﾛﾜｯｻﾝ(ﾁｮｺ)　牛乳 半熟目玉焼き ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰｻﾗﾀﾞ ﾗﾋﾞｵﾘ風ﾌﾗｲ ﾐｯｸｽ野菜(中華ﾄﾞﾚ) ｽｰﾌﾟ(白菜･玉葱) 931kcal	ご飯 ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ(ﾃﾞﾐｿｰｽ) ﾍﾙｼｰｻﾗﾀﾞ ﾌﾗｲﾄﾞﾎﾟﾃﾄ 味噌汁(ﾎｳﾚﾝ･ｴﾉｷ) 990kcal	わかめご飯 黒味噌ﾗｰﾒﾝ ﾍﾙｼｰｻﾗﾀﾞ ﾌﾗｲﾄﾞﾎﾟﾃﾄ 1067kcal	ご飯 鯖竜田の野菜あんかけ ﾐｯｸｽ野菜 ﾊﾞﾝｻﾝｽｰ ｽｰﾌﾟ(ﾜｶﾒ･ｺﾞﾏ) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 910kcal	ご飯 鶏と野菜のｶﾞｰﾘｯｸ炒め ﾐｯｸｽ野菜 ﾊﾞﾝｻﾝｽｰ ｽｰﾌﾟ(ﾜｶﾒ･ｺﾞﾏ) ﾖｰｸﾞﾙﾄ 872kcal	
30	火	ご飯(味付のり) 納豆 温泉卵 さよりﾌﾗｲ ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ･人参) 893kcal	ご飯 豚の唐揚げ ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ ﾊﾟｲﾝ缶 ｽｰﾌﾟ(ﾓﾔｼ･ｺｰﾝ) 945kcal	ﾋﾟﾘ辛炒飯 ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ ﾊﾟｲﾝ缶 ｽｰﾌﾟ(ﾓﾔｼ･ｺｰﾝ) 674kcal	ご飯 鶏竜田のﾜｻﾋﾞ風味あん ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ ｺﾞﾎﾞｳｻﾗﾀﾞ 味噌汁(人参･ﾓﾔｼ) 牛乳 1139kcal	牛すじｶﾚｰ ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ ﾊｯｼｭﾄﾞﾎﾟﾃﾄ 味噌汁(人参･ﾓﾔｼ) 牛乳 1151kcal	おかわりデー
31	水	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ(ｲﾁｺﾞ)　牛乳 ﾌﾗｲﾄﾞﾁｷﾝ ﾅﾎﾟﾘﾀﾝ ﾊﾑとじゃが芋の炒め ﾐｯｸｽ野菜(青じそ) ｽｰﾌﾟ(ｺﾞﾏ･ｷｸﾗｹﾞ) 951kcal	ご飯 鯖の味噌煮 ｺｰﾙｽﾛｰ ﾐﾆﾒﾝﾁｶﾂ 味噌汁(豆腐･葱) 966kcal	たらこｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰ ｺｰﾙｽﾛｰ ﾐﾆﾒﾝﾁｶﾂ 味噌汁(豆腐･葱) 765kcal	ご飯 ﾊﾛｳｨﾝﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ 大学芋 ﾊﾟﾝﾌﾟｷﾝｽｰﾌﾟ ﾖｰｸﾞﾙﾄ 1173kcal	ご飯 ﾊﾛｳｨﾝ唐揚げ ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ 大学芋 ﾊﾟﾝﾌﾟｷﾝｽｰﾌﾟ ﾖｰｸﾞﾙﾄ 1770kcal	

※　国旗が表示してあるメニューはその国の代表料理です。
世界の国の食文化を考えながら食事を提供しています。