

10月献立表

10月28日（水曜日）



（小学校分）

ごはん
牛乳
さけねぎしおづけ
にくじゃがキャベツのみそしる
クリームだいふく



（中学校分）

チャーハン
牛乳
春巻
もやしと小松菜のナムル
米粉ワントンのスープ

10月27日（火曜日）



（小学校分）★鎌産鎌消献立

ごはん
牛乳
マーボー豆腐
ちゅうかふうコーンスープ
★かまがやさんなしゼリー



（中学校分）

ご飯
牛乳
鮭ねぎ塩漬け
肉じゃが
キャベツのみそ汁
クリーム大福

10月献立表

10月26日（月曜日）



（小学校分）

ごはん
牛乳
ほっけしおたつた
ぶたにくとにんじんのしぐれに
さつまいものみそしる
こくとうビーンズ



（中学校分）★鎌産鎌消献立

ご飯
牛乳
麻婆豆腐
中華風コーンスープ
★鎌ヶ谷産梨ゼリー

10月23日（金曜日）



（小学校分）

スパゲッティ
牛乳
ミートソース
ツナポテトサラダ
ミニメロンパン



（中学校分）

ご飯
牛乳
ほっけ塩竜田
豚肉と人参のしぐれ煮
さつまいものみそ汁
黒糖ビーンズ

10月献立表

10月22日（木曜日）



（小学校分）

ごはん
牛乳
やさいコロッケ
だいずのいそに
こんさいのみそしる
シャインマスカット



（中学校分）

スパゲッティ
牛乳
ミートソース
ツナポテトサラダ
ミニメロンパン

10月21日（水曜日）



（小学校分）

ごはん
牛乳
あつやきたまご
あつあげとぶたにくのみそいため
えのきとだいこんのすましじる
アセロラゼリー



（中学校分）

ご飯
牛乳
野菜コロッケ
大豆の磯煮
根菜の味噌汁
シャインマスカット

10月献立表

10月20日（火曜日）



（小学校分）

カレーピラフ
牛乳
あかうおシュラスコづけ
じゃがバタコーン
やさいスープ
とうにゅうブラマンジェ



（中学校分）

ご飯
牛乳
厚焼玉子
厚揚げと豚肉のみそ炒め
えのきと大根のすまし汁
アセロラゼリー

10月19日（月曜日）



（小学校分）

ごはん
牛乳
イカメンチ
ブロッコリーのおかかマヨあえ
とうふとわかめのみそしる



（中学校分）

カレーピラフ
牛乳
赤魚シュラスコ漬け
じゃがバタコーン
野菜スープ
豆乳ブラマンジェ

10月献立表

10月16日（金曜日）



（小学校分）

バターロール
牛乳
ハンバーグデミソースかけ
キャロットラペ
ポトフ
ぶどうヨーグルト



（中学校分）

ご飯
牛乳
イカメンチ
ブロッコリーのおかかマヨ和え
豆腐とわかめのみそ汁
みかんゼリー

10月15日（木曜日）



（小学校分）

ごはん
牛乳
ししゃものいそかてんぶら
さといもとこんにゃくのにも
だいこんのみそしる
レモンソーダゼリー



（中学校分）

バターロール
牛乳
ハンバーグデミソースかけ
キャロットラペ
ポトフ
ぶどうヨーグルト

10月献立表

10月14日（水曜日）



（小学校分）

ごはん
牛乳
とりにくのんにくみそやき
ほうれんそうのごまあえ
はくさいとえのきのすましじる
さつまポテト



（中学校分）

ご飯
牛乳
ししゃもの磯香天ぷら
里芋とこんにゃくの煮物
大根のみそ汁

10月13日（火曜日）



（小学校分）

ごはん
牛乳
モウカフライ
だいこんとえだまめのそぼろに
なまあげのみそしる
りんごゼリー



（中学校分）

ご飯
牛乳
鶏肉のんにく味噌焼き
ほうれん草のごま和え
白菜とえのきのすまし汁
さつまポテト

10月献立表

10月9日（金曜日）



（小学校分）★目の愛護デー献立

コッペパン

★ブルーベリージャム

牛乳

とうふのハンバーグ

ウインナーとナスのトマトに

キャベツととりにくのスープ



（中学校分）

ご飯

牛乳

モウカフライ

大根と枝豆のそぼろ煮

生揚げのみそ汁

シークワサーゼリー

10月8日（木曜日）



（小学校分）

ごはん

牛乳

さばみそに

こまつなのごまサラダ

けんちんじる

オレンジ



（中学校分）★目の愛護デー献立

カルシウムパン

★ブルーベリージャム

牛乳

豆腐のハンバーグ

ウインナーとナスのトマト煮

キャベツと鶏肉のスープ

10月献立表

10月7日（水曜日）



（小学校分）

ごはん
牛乳
かにたま
ぶたキムチいため
わかめスープ
フルーツあんじん



（中学校分）

ご飯
牛乳
さば味噌煮
小松菜のごまサラダ
けんちん汁
オレンジ

10月6日（火曜日）



（小学校分）

むぎごはん
牛乳
とうふのうまに
たまねぎとじゃがいものみそしる
グレープゼリー



（中学校分）

ご飯
牛乳
かに玉
豚キムチ炒め
わかめスープ
フルーツ杏仁

10月献立表

10月5日（月曜日）



（小学校分）

ごはん
牛乳
しおこうじチキンカツ
きんぴらごぼう
なめこのみそしる
りんごのムース



（中学校分）

麦ご飯
牛乳
豆腐の旨煮
玉ねぎとじゃがいものみそ汁
グレープゼリー

10月2日（金曜日）



（小学校分）

むぎごはん
牛乳
ポークカレー
かいそうサラダ
シークワーサーゼリー



（中学校分）

ご飯
牛乳
塩こうじチキンカツ
きんぴらごぼう
なめこのみそ汁
りんごのムース

10月献立表

10月1日（木曜日）



（小学校分）

ごはん

牛乳

いかチリソースフライ

さつまいものサラダ

ごもくスープ



（中学校分）

麦ご飯

牛乳

ポークカレー

海藻サラダ

レモンソーダゼリー