

今年、十五夜が 9月15日  
十三夜は10月13日です。



10月

よていこんだてひょう

志木市立志木小学校



10月から  
「宗岡コシヒカリ」の  
新米になります。

平成28(2016)年度

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	
<p>3日</p> <p>あびの ごはん</p> <p>おひたし まの みそがけ</p> <p>あきの みそ</p> <p>544kcal 26.4g</p>	<p>4日</p> <p>あびの ごはん</p> <p>ステーキの ハルシー すだち</p> <p>598kcal 19.8g</p>	<p>5日</p> <p>さつまいも すあげ</p> <p>とりひきにくと ひんがし やさいのハンバーグ</p> <p>681kcal 28.3g</p>	<p>6日</p> <p>トマトと なすの スパゲティ</p> <p>栄養満点 スペシャルメニュー</p> <p>760kcal 23.4g</p>	<p>7日</p> <p>ついで ワンチロール</p> <p>おさめ サラダ</p> <p>★あかぎの アヌー</p> <p>629kcal 27.3g</p>	
<p>こめ むぎ しょうはくとう さつまいも</p> <p>きゅうにゅう ます さいきょうみそ とうふ みそ</p> <p>みょうが こまつな もやし はんのうねぎ</p>	<p>こめ でんぶん こめあぶら ちゅうざらとう こおりざとう イチゴジャム</p> <p>きゅうにゅう ぶたかたにく こうやとうふ</p> <p>にんじん ほししいたけ たけのこ たまねぎ きゅうり</p>	<p>こめ しょうはくとう さつまいも こめあぶら</p> <p>きゅうにゅう とりひきにく たまご とうふ こまつな みそ あぶらあげ</p> <p>ぎやべつ しめじ こまつな</p>	<p>スパゲティ こめあぶら さつまいも バター カシューナッツ さんおんと</p> <p>きゅうにゅう ぶたこまにく こなチーズ</p> <p>にんにく にんじん たまねぎ なす ピーマン</p>	<p>ほくりきこ きょうりきこ しょうはくとう こめあぶら なだねあぶら こまつな こめあぶら</p> <p>きゅうにゅう ウィンナー ベーコン ハム いんげんまめ</p> <p>にんにく セロリ たまねぎ きゅうり もやし にんじん</p>	
<p>10日</p> <p>たいいく ひ 体育の日</p>	<p>11日</p> <p>ごま あびの ごはん</p> <p>ブルーベリー ヨーグルト ベリー</p> <p>かぼち の まろ かけ</p> <p>697kcal 25.4g</p>	<p>12日</p> <p>ソースかつ おん</p> <p>みそ</p> <p>734kcal 25.5g</p>	<p>13日</p> <p>くりご はん</p> <p>あべか わだんご</p> <p>かきたま じ</p> <p>660kcal 23.3g</p>	<p>14日</p> <p>カレー なほん うどん</p> <p>おひたし だいご し</p> <p>609kcal 17.4g</p>	
<p>6-3 前野さんの南立</p> <p>559kcal 25.3g</p>	<p>18日</p> <p>パイ ア あびの ごはん</p> <p>もやし の ナムル</p> <p>585kcal 26.7g</p>	<p>19日</p> <p>ほうろ ん あびの ごはん</p> <p>あびの ごはん</p> <p>きゅう り の あびの ごはん</p> <p>653kcal 24.9g</p>	<p>20日</p> <p>ショ ー バター トースト</p> <p>マヨネーズ</p> <p>かき が サラダ</p> <p>★おだん ご スープ</p> <p>640kcal 20.9g</p>	<p>21日</p> <p>しょう が の カレー ライス</p> <p>かい じょう が た</p> <p>739kcal 20.0g</p>	
<p>こめ むぎ オリーブオイル しょうはくとう こま じゃがいも</p> <p>きゅうにゅう とりももにく ヨーグルト</p> <p>にんにく しょうが ブロッコリー にんじん</p>	<p>むしちゅうかめん こめあぶら さんおんと こめあぶら でんぶん</p> <p>きゅうにゅう ぶたももひきにく はちょうみそ あかみそ わかめ</p> <p>しょうが にんにく たまねぎ ほししいたけ たけのこ こぼろ もやし</p>	<p>こめ でんぶん こめあぶら こめあぶら こま しょうはくとう</p> <p>きゅうにゅう ぶたはらにく とうふ みそ わかめ</p> <p>しょうが ほうろんそう もやし なごねぎ にんじん だいこん</p>	<p>パン バター グラニューとう こま でんぶん マヨネーズ じゃがいも</p> <p>きゅうにゅう とりひきにく とうふ</p> <p>こぼろ にんじん しょうが なごねぎ</p>	<p>こめ むぎ こめあぶら じゃがいも こむぎこ</p> <p>きゅうにゅう ぶたこまにく くろめ かいそうミックス</p> <p>しょうが にんにく たまねぎ りんご はくさい きゃべつ</p>	
<p>24日</p> <p>おひたし</p> <p>りんご</p> <p>ごま あびの ごはん</p> <p>さば の みそ</p> <p>595kcal 26.3g</p>	<p>25日</p> <p>パイ ア あびの ごはん</p> <p>ライス</p> <p>やさい のスープ</p> <p>625kcal 26.5g</p>	<p>26日</p> <p>マヨネーズ</p> <p>やさい のスープ</p> <p>だい ご ん</p> <p>677kcal 25.1g</p>	<p>27日</p> <p>おま ご ごはん</p> <p>ゆき や さい の サラダ</p> <p>わか め の みそ</p> <p>654kcal 27.2g</p>	<p>28日</p> <p>おま ご ごはん</p> <p>やさい のスープ</p> <p>わか め の みそ</p> <p>638kcal 27.4g</p>	
<p>6-3 前野さんの南立</p> <p>559kcal 25.3g</p>	<p>6-2 青木さんの南立</p> <p>625kcal 26.5g</p>	<p>6-1 中村さんの南立 1-1</p> <p>677kcal 25.1g</p>	<p>6-1 三上さんの南立</p> <p>760kcal 23.4g</p>	<p>6-2 永吉さんの南立</p> <p>638kcal 27.4g</p>	
<p>こめ むぎ こめあぶら こま さんおんと</p> <p>きゅうにゅう しらすほし さば みそ</p> <p>うろめきだいこん しょうが なごねぎ こまつな にんじん もやし りんご</p>	<p>こめ こめあぶら こま しょうはくとう</p> <p>きゅうにゅう とりひねひきにく たまご</p> <p>にんにく たまねぎ にんじん あかピーマン きいろピーマン はくさい みかん えのきたけ</p>	<p>むしちゅうかめん こめあぶら こま マヨネーズ</p> <p>きゅうにゅう ぶたはらにく かまぼこ ツナ</p> <p>しょうが にんにく にんじん もやし たまねぎ きくらげ だいこん レモン</p>	<p>こめ むぎ こめあぶら さんおんと でんぶん</p> <p>きゅうにゅう ぶたひきにく みそ とうふ</p> <p>なごねぎ きゃべつ だいこん もやし にんじん</p>	<p>こめ むぎ こめあぶら こま さんおんと</p> <p>きゅうにゅう ぶたももひきにく だいす さくらえび たまご</p> <p>にんにく たまねぎ セロリ にんじん なす ピーマン こまつな みかん</p>	
<p>29日(土)</p> <p>お父さんのための 試食会</p> <p>おま ご ごはん</p> <p>きゅう の みそ</p> <p>612kcal 22.9g</p>	<p>日本の食文化を 知ろう</p> <p>読書の秋</p> <p>11月にお箸を上手に 使って、おさかなを 食べる方法を学びます。 おうちでも練習願 いします。</p> <p>絵本に登場する料理や物語をイ メージした料理を給食の献立にした 日を「お話給食」と呼びます。</p>		<p>6-1 中村さんの南立 1-1</p> <p>677kcal 25.1g</p>	<p>6-1 三上さんの南立</p> <p>760kcal 23.4g</p>	<p>6-2 永吉さんの南立</p> <p>638kcal 27.4g</p>
<p>パン こめあぶら さんおんと むぎ オリーブオイル</p> <p>きゅうにゅう きなこ ハム ウィンナー あかえんとうまめ</p> <p>きゃべつ はくさい にんにく にんじん たまねぎ きゃべつ トマト</p>	<p>6-1 中村さんの南立 1-1</p> <p>677kcal 25.1g</p>		<p>こめ むぎ こめあぶら さんおんと でんぶん</p> <p>きゅうにゅう ぶたひきにく みそ とうふ</p> <p>なごねぎ きゃべつ だいこん もやし にんじん</p>	<p>こめ むぎ こめあぶら こま さんおんと</p> <p>きゅうにゅう ぶたももひきにく だいす さくらえび たまご</p> <p>にんにく たまねぎ セロリ にんじん なす ピーマン こまつな みかん</p>	
<p>★29日(土)は、「お父さんのための給食試食会」です。申し込みの方は12時25分になりましたら、視聴覚室にお集まりください。</p>	<p>6-1 中村さんの南立 1-1</p> <p>677kcal 25.1g</p>		<p>6-1 三上さんの南立</p> <p>760kcal 23.4g</p>	<p>6-2 永吉さんの南立</p> <p>638kcal 27.4g</p>	

※材料等の都合でその日の献立が変更になる  
場合があります。ご了承ください。  
※給食費は郵便局より引き落とされます。(月  
額4100円)忘れずに納入お願いいたしま  
す。

6年生が夏休みに立てた  
献立が5日から登場します!  
地元の旬の野菜を使っ  
た我が家のおすめレシ  
ビです。

