10月の献立予定表

1			1		, + -			+ \	+ + B ^ D		15 16	7年度	
1		n==			んだて	おもな使用食品					カムナにナフ		
1	Н	曜	主食		おかず					O			
1				60)	*	たんはく質	カルシウム	カロテン	ビタミンCなど	炭水化物	脂質	下段:	半字 校
Part	1	水	ごはん	判		し,とうふ, <u>あやめ</u>	しだし,牛		あん,キムチ,キャベツ,とうもろ			614	kcal
1					みそかきたま汁	<u>みて</u> ,た す こ	孔		C 0, 200 C 17, 17 (0 C			753	kcal
1					さつまいもと大豆の揚げ者								
1916年度	2	*	asstration (ぎゅうにゅう			上 到	1-61:6		大麦めん、さつま		711	kcal
Proc. 1985	_	\r\	人友めん	十孔		ま揚げ、油揚げ	T- 5 0		きパイン	り粉,三温糖	レールウ		
***			,		冷凍パイン							851	kcal
************************************		<u>いわ</u>	しの日献立		いわしのピリ拳だれ		ほしひじ					628	kcal
大変検索	3	金	ごはん	キ乳 キ乳 かんしゅう かんしゅう かんしゅう かんしゅう かんしゅう かんしゅう かんしゅう かんしゅう しゅう しゅう しゅう しゅう しゅう しゅう しゅう しゅう しゅう	ひじきの炒め煮		き,煮干し	にんじん				020	Roai
							だし,牛乳		19,07010 (** 1,700 ** 270,000	010, 270/3/70	/Ш	772	kcal
8		+	·五布献立		-		<u>i</u> !			V - V - V - V - V - V - V - V - V - V -			
1			T	ぎゅうにゅう		さば.みそ.とり肉.		こまつな にんじ	もやし、しめじ、 ごぼう しいたけ、	米,三温糖,さといも,白玉団子.		686	kcal
1	6	月	ごはん	牛乳			午乳	h		でんぷん、お月見			
***					お月見汁 お月見ゼリー					デザート		847	kcal
***					白身黛のねぎ塩ソースかけ					V 一沿城 表示			
*** ***	7	火	ごはん.	きゅうにゅう			上 学。					639	kcal
# こはん 年刊 「マンタースカッ 「空間に対す」。 できない。 「できないでは、 」」 「「できないでは、 」」 「できないでは、 」」 「「できないでは、 」」 「「できないでは、 」」 「「できないでは、 」」 「「できないでは、 」」 「できないでは、 」」 「できないでは、 」」 「できないでは、 」」 「できないでは、 」」 「できないでは、 」」 「できない	•		Claru	十五		ら,たまご		まつな			沺	770	. 1
8					卵コーンスープ							118	Kcai
** **					チキンソースカツ		***	 - -				635	kcal
日本語の	8	水	ごはん	世乳	たくあん和え						米油,ごま	555	Noai
9 末 分割9					1.2	, , , , ,	O, 1 70	5		Wild VIII		767	kcal
9 ★ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □													.,501
************************************				ぎゅうにゅう		ぶた肉 大豆 ベー		トマトにんじん	しょうが,にんにく, 玉ねぎ , <u>きゅ</u>	パン,三温糖,じゃ	米油 ハエッ	597	kcal
野田	9	木		牛乳	ダブルポテトサラダ		牛乳						
10 全					野菜ときのこのスープ				0,70,70,000	0		759	kcal
10 全 こはん 本製 この ステンター ステン		国の 類	愛護デー献立		おろしハンバーグ	とり肉でた肉				半二海糖かた		000	. ,
おかけ 14 文 であり、	10	金	ごはん	きゅうにゅう 牛乳		ベーコン,白いん	牛乳			くり粉,米粉マカ		666	kcal
14 次				. 50	7307777	げん豆,豆乳		70 6 5,7 (6.5)	O, L16C 			823	kcal
14 火 にはん 年前 世子 かっと ではん 年前 ではん 年前 ではん 年前 ではん 年前 ではん 年前 ではん ではん 年前 ではん ではたんメンチ 年前 ではん ではたんメンチ 東川でようさ (2回) からかき ではたん ではたんメンチ 東川でようさ (2回) からかき ではたん では ではたん では では では では では では では で	<u> </u>	つま	いもの日献立							米,でんぷん,さつ	米油,力		
15 水 プラランズ型リー ボース酸のパタ・フロック 大き 大き 大き 大き 大き 大き 大き 大	14	火	ごはん	きゅうにゅう		ぶた肉,大豆	牛乳	にんじん		まいも,春雨,三温 特ラ・フランス	レールウ, ごま油 ご	666	kcal
15 本 一日				. 50								813	kcal
15 本 ではん 本 前 下表面が出来り入める かかの中華和文 かかのかまた かまかのかまた かまかかのかまた かまかのかまた かまかのかまた かまかのかまた かまかのかまた かまかのかまた かまかかのかまた かまかまか かまかかのまた かまかかのまた かまかかのかまた かまかかのかまた かまかかのかまた かまかかのかまた かまかかのかまた かまかかのかまた かまかかのかまた かまかかのかまた かまかかのかまた かまかまかのかまた かまかかのかまた かまかまかのかまた かまかかのかまた かまかかのかまた かまかかのかまた かまかまかかのまた かまかまかかのまた かまかかのかまた かまかまかのかまた かまかまかかのまた かまかまかかのまた かまかまかかまかな かまかまかな かまかな かまかまかな かまかまかな かまかまかな かまかまかな かまかまかな かまかまかな かまかまかな かまかまかな かまかな かまかまかな かまかまかな かまかまかな かまかまかな かまかな						ぶた肉とり肉ツ	+		しょうがにんにく 玉ねぎこん		\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	674	1,,,1
16 本 中等かん 年末 10分のの中華記え 20分全 20分と 2	15	水	ごはん	牛乳	切干大根のオイスターソース炒め	ナ, 厚揚げ ,大豆, <u>あ</u>	5 ·		にゃく,切干しだいこん,だいこ			671	Kcai
16 本 中華かん 中京					吳 养	やめみそ	Ü	70.770	ん、こはつ、長ねき	• • •	ж,ск	812	kcal
16 本事かか 一部のの音楽元 一部の音楽元 一部のの音楽元 一部のの音楽元 一部のの音楽元 一部のの音楽元 一部のの音楽元 一部のの音楽元 一部のの音楽元 一部の音楽元 一部を言 一部を					場げぎょうざ (2個)		わかめま		キャベツ,きゅうり,しょうが,に	ゆで中華めん,三	ج ا #	640	kcal
	16	木	中華めん	牛乳	わかめの中華和え	ぶた肉,なると	17/7·02, 十 乳	にんじん、にら			i	010	Noai
17 全 にはん 年前 できかれえ 次がまぼこ 大変がえんどう 大変がえんどう です。					五首うま煮スープ				しい 1/217, 女(6 ご	初,小友初		785	kcal
17 金	í ,		9の日献立		さばの照り焼き	さげ 書大司 とり		こまつたにんに	まめししいたけ でぼ えたけの	半二海糖オと		615	kcal
20 月 ではん 年前 であっている で	17	金	ごはん	牛乳	AN CEAN		牛乳				ごま		
20 月 ごはん 年朝 ののナッツ和え 大阪のめみそと こんにのようだ こんにのみぞれ漁 マコにく和え カスののみそげ 大阪ののようが ではん では												749	kcal
1	00			ぎゅうにゅう				にんじん ,さやい	しょうが .玉ねぎ .キャベツ.だい	米,三温糖,かた	米油,アー	629	kcal
21 火 さつまいも です さんまのみぞれ奈 マゴにくわえ	20	月	ごはん	牛乳								 4	. ,
1					F	7.0	30					771	kcal
本 本 本 本 本 本 本 本 本 本	04	NI.	さつまいも	ぎゅうにゅう		さんま,あさり, と	煮干しだ	I- 4.1 * 4	たくあん,キャベツ, <u>きゅうり</u> ,だ	W +0+/1+	ごま,ノンエッ	619	kcal
中胚地震復興献立	∠1	火		牛乳				LAUR		木、こうすりで		707	e = 1
22 水 ではん ではん ではん ではん です。 ではん です。 ではん です。 です。 です。 です。 できるからない です。 できるからない できるのからな できるからない できるない できるからない できるない できるからない できるからない できるない できるからない できるない できるからない できるない で	;	L □#₡₩	L	!	ž.					米麩さといも		121	kcal
			r	ぎゅうにゅう			上 到			パン粉,バッター		622	kcal
23 本		ッ	こはん	十乳		IŤ	1 50	こまつな	たけ,だいこん ,長ねぎ	制制・フルーツ杏仁	油	824	kool
23 本						714 ct 1				出ノソノ			nual
24 金 プロル イ乳 アロル ((の 大京 カン	23	木	アップルチップ	きゅうにゅう			牛 到			パン,じゃがいも,	米油	629	kcal
24 金	20	110	光粉パン	十孔		豆	1 20	コリー,りんご		三温糖	XX/III	802	koal
24 金 立はん 年乳 ピビンバ(切干大根ナムル) わかめスープ おこれのカラス・ファイン かかめスープ おこれのカラス・ファイン かかめスープ たとろう。 たたした。こまたますがした。これである。 ではん 中乳 こまでますが、 できまれがした。 こまではん 中乳 こまでまた。 こまではん 中乳 こまではん できないのではまた。 こまではん 中乳 こまではん できないのではまた。 こまではん できないのでは、 こまではん できないのでは、 こまでは、 できないのでは、 こまでは、 できないのでは、 こまでは、 こまがは、 これがは、 こまがは、 こまがは、 こまがは、 これがは、 これがは、 これがは、 これがは、 こまがは、 これがは、										ソータをかた			
27 月 ではん	24	金	ごはん.	きゅうにゅう		ぶた肉,大豆,なる		にんじん ,こまつ	しょつか,にんにく,±ねぎ,たけ のこ,キムチ,切干しだいこん.も	木,二温桾,かにくり粉,じゃがい	米油,ごま	622	kcal
27 月 ごはん 「塩マーボー丼の負 とり肉、ぶた肉、大豆、	- '		C10/U	┲ᡱᡕ		⊂,€つめ	乳	ん			温,こま	755	kcal
27 月 ごはん 年乳 ごはん こまんじゅう (2個) 中華風ごまサラダ キ乳 こら、にんしん らげ、とうもろごししょうがに んにくメンマ・しいだけ、長んぎ 地・かたくり粉 油・米油 795 kcal 796 kcal 795 kcal 796 kcal 797 kcal 797 kcal 798 kcal 799 kc					1.10				ナャベツナかし キュミハナイ				
28 火 ごはん 中華風ごまサラダ 空間をあってまだれかけ とり肉あやめみ そのこ沢薫楠 とり肉あやめみ そのこ沢薫楠 ではん 本型 ではたいたいた 本型 ではん 本型 ではた 本型 ではん 本型 ではた 本型 ではん 本型 ではた では では	27	月	ごはん	きゅうにゅう 牛乳			牛乳	にら、にんじん	らげ,とうもろこし,しょうが,に			663	kcal
28 火 ごはん 年乳 類別のごまだれかけ 茎わかめのサラダ きのご沢煮椀 とり肉点あやめみ そ,ぶた肉 くきわか め、牛乳 にんしん.さやえ んどう はおしきゅうり.とうもろこし、 スぽう.だけのご.えのきだけ.な かし、こぼう.れんこんにんにんにんだんでく、五 んどう 米三温糖しいわり (1も、春雨、でんぷ) んどう 米油、ごま油、ごま油、ごま油、ごま油、ごま油、ごま油、ごま油、ごま油、ごま油、ごま			2.5., 0	, , , ,	中華風ごまサラダ	立,はたて,こりと				悩がしてり初	/四,不泄	795	kcal
28 火 ごはん 「中乳 茎わかめのサラダ きのこ沢煮椀 たまごさつま揚 げ、ぶた肉、厚揚げ たんしん。さや					≿n⊏<	1.10 == ================================	2 ch : :		もめしきゅうり とうキスニー	米三温糖しみが	N/ N - " "		
29 水 ごはん 子乳 にんじん。さやい たまご、さつま揚 「、ぶた肉、厚揚げ たまご、さつま揚 げ、ぶた肉、厚揚げ たまご、さつま揚 げ、ぶた肉、厚揚げ 大視のカレー素 にしん、ぶた肉 塩昆布、牛乳 にんじん。さやい たまご、さつま揚 げ、ぶた肉、厚揚げ たまご、さつま揚 がらん。	28	火	ごはん	世乳					ごぼう ,たけのこ,えのきたけ,な		米油,ごま,ごま油	002	kcal
29 水 ごはん 上記目にまご焼き れんこんきんびら 大検のカレー素 たまご、さつま揚 げ、ぶた肉、厚揚げ れんこん。 たまご、さつま揚 げ、ぶた肉、厚揚げ たんぴん。 なき、しいたけ、だいこん。にんに よ、カレールウ 750 kcal でま、定する たっぱん がいものそぼろ素 上記 ではん 上記 ではん 上記 ではんの工作素 でま、完本力 にしんの工作素 でま、定かいものそぼろ素 にしんの工作素 でま、定かいたけ、ごはんが、さやい んげん では、まなぎ、こんにゃく にたびん。 さいたけ、玉ねぎ、こんにゃく にまま、米油 755 kcal でき、サインプイン献立き いた がいものそぼろ素 おばけサラダ 公時豆、ベーコン、白いんげん豆豆 さ、牛乳 のいました。 でんぴん。 えだま めいまちゃ、ブ ツナ、大豆青大豆、白いんげん豆豆 さ、牛乳 のいまちゃ、ブ ツナのようが、しょうが、しま、大い・かいたけ、玉ねぎ、こんにゃく にんぴん。 えだま かいまゅうり、とうもろこし いたけ、こんだきが、ブ ツ、きゅうり、とうもろこし 米、三温糖、ぴゃか いき・ハーウィン いき・カーのウィン シ・チュール 1 本と・ハーウィン いきゅうり、とうもろこし					No. 10 Personal Control of Contro		~, I ₹0		ØC	h	_ C	791	kcal
29 水 ごはん 半乳 れんこんきんぴら 大視のカレー煮 十乳 んげん、ごぼう、れんこん、 大視のカレー煮 にしんの土佐煮 にしんの土佐煮 ごま毘布和え じゃがいものそぼろ煮 にしん、ぶた肉 塩毘布、牛 乳 にんじん、さやい キャベツ、きゅうり、しょうが、しいたけ、玉ねぎ、こんにゃく 米、三温糖 ま、カレールウ 750 kcal 大切がも、三温糖 でま、米油 626 kcal 大切がものそぼろ煮 おばけサラダ おばけサラダ おばけサラダ おばけサラダ おばけサラダ 金 ツナ 大豆・青大豆・ 白いんげん豆・豆 ほしひじ き、牛乳 かいごけ、えだま あのいごけ、カルコ カルコ					Te/ h	たまごさつまね		にんじん.さやい	ごぼう,れんこん.こんにゃく. 玉		ごま油,ご	622	kool
大根のカレー煮	29	水	ごはん	世乳 キ乳	れんこんきんぴら	にまこ,さりま揚 げ,ぶた肉. 厚揚げ	牛乳	んげん, ごぼう ,れ	ねぎ ,しいたけ,だいこん,にんに	米,三温糖	ま,カレー		
30 木 ごはん 準乳 ごま昆布和え にしん,ぶた肉 塩昆布,牛 乳 にんじん,さやい キャベツ,きゅうり,しょうか,し 米,じゃが 毛, 土 温糖 でま,米油 でま,米油 でま,米油 でき、米油 でも、スだき は、スだき は、スだき は、スだき は、スだき は、スだき は、スが でき、カッカ						,		<i>n</i> ∟ <i>h</i> ,	▽,按(0ご		ルンノ	750	kcal
30 木 ごはん 牛乳 ごま昆布和え じゃがいものそぼろ煮 じゃがいものそぼろ煮 いだけ, 玉ねき ,こんにゃく 温糖 755 kcal 755 kcal 100				as			恒昆布 出	にんじん さかい	キャベツきゅうりしょうがし	米しゃがいキ=		626	kcal
・	30	木	ごはん	牛乳	·-	にしん,ぶた肉	乳				ごま,米油		
31 金 ッナ 単乳 パンプキン笠乳ポタージュ 白いんげん豆,豆 き,牛乳 のいんじん豆,豆 き,牛乳 のかっては、火きゅうり,とうもろこし 本美,ハロウィン シチュール	بـــــــــــــــــــــــــــــــــــــ	L	<u> </u>			\\\)//) 	755	kcal
31 金 _{ツナ} 牛乳 パンプキン豆乳ボタージュ 百いんげん豆.豆 き,牛乳 の,かはりゃ,ノ ツ,きゅうり,とうもろこし いき ,ハレワイン シチュール			」ウィン献立❷	ぎゅうにゅう			ほしひい		玉ねぎ .キャベツレッドキャベ		米川,才リーブ油	611	kcal
カレービラフ ハロウィンデザート <mark>乳 </mark>	31	金		牛乳		白いんげん豆,豆		め,かばちゃ,ブ ロッコリー	ツ,きゅうり,とうもろこし	いも ,ハロウィン デザート	シチュール		
			カレーピラフ		ハロウィンデザート	判	<u>i</u>		<u> </u>		ワ	736	kcal

給食の予定

8日(水)紫雲寺中まつかぜ 給食なし

15日(水) 紫雲寺小6-2 給食なし

20日(月)加治川小 給食なし

16日(木) 紫雲寺小6-1 給食なし

21年(火)加治川小6年 給食なし 24日(金) 紫雲寺中3年 給食なし

29日(水)加治川小スタディ 給食なし

*物価の変動や気候等により、献立が変更になることがあります。

*<u>下線は新発田市産</u>、**太字は紫雲寺産**のものを示します。