

10月2日（月）

都民の日

深川めし
キメジと明日葉の洋風卵焼き
さつまいものレモン煮
野菜の味噌汁
牛乳



10月3日（火）

ツナピザトースト
たまごサンド
コーン入り粉吹芋
田舎風スープ
ぶどう 牛乳



10月4日（水）

関東地方の料理

麦ごはん（栃木産）
いわしのさんがフライ（千葉県）
ピリ辛こんにゃく（群馬県）
かんぴょうのごま酢和え（栃木県）
けんちん汁（神奈川県）
牛乳



10月5日（木）

かて飯（埼玉県）
魚の香味焼き
おかかおひたし
呉汁（埼玉県）
梨・牛乳



10月6日（金）

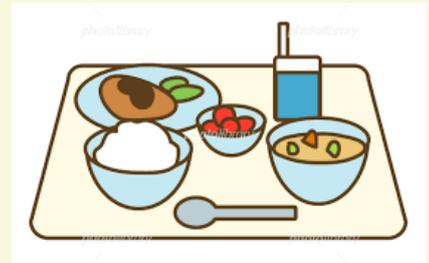
スパゲティナポリタン
マスタードサラダ
キャロットマフィン
or
ブルーベリーマフィン
牛乳

セレクト
給食
どちらか選べ
ます



10月10日（火）

油麩丼（宮城県）
ハタハタの南蛮漬け（秋田県）
ワカメと笹かまのピリ辛
せんべい汁（青森県）
牛乳



10月11日（水）

はぎごはん
魚のわかめ味噌焼き
かぼちゃの甘煮
吉野汁
牛乳



10月12日（木）

味噌ラーメン
味噌かけ卵
ぱりぱりひじき
じゃがバター
牛乳



10月13日（金）

カレーライス（横須賀カレー）
コーン入りサラダ
りんご
牛乳



10月16日（月）

世界食糧デー

おにぎり（塩）
いかの唐揚げ
肉じゃが
えのきすまし汁
牛乳



10月17日（火）

麦ご飯
肉豆腐
もやしと小松菜の梅醤油
ぶどうゼリー
柿・牛乳



10月18日（水）

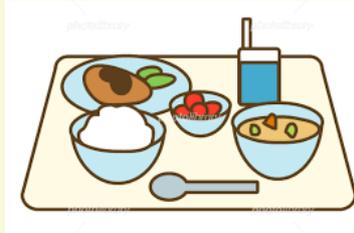
ポテトチーズパン
鶏肉と豆のトマト煮
フルーツヨーグルト
牛乳



10月19日（木）

季節の料理

麦ご飯
さんまの塩焼き
シャキシャキ和え
みみ汁(栃木県)
柿・牛乳



10月20日（金）

韓国料理

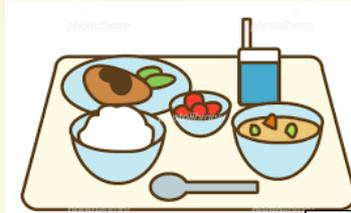
ピビンバ
ヤンニョムチキン
チャプチェ
卵とコーンのスープ
牛乳



10月23日（月）

スペイン料理

パエリアバレンシア
スパニッシュオムレツ
わかさぎのエスカパーチェ
コシード・マドレニーヨ
牛乳



10月24日（火）

ねぎ豚塩だれ丼
人参と玉葱のきんぴら
なめこの味噌汁
芋羊羹
牛乳



合唱コンクール
に向けて🎵

10月25日（水）

ごはん
かつおの揚げ煮
野菜のごまかけ
沢煮わん
牛乳



10月26日（木）

あんかけ焼きそば
キャベツとツナの和え物
白玉フルーツポンチ
牛乳



10月27日（金）

ハニーフレンチトースト
ベジタブルシチュー
ごぼうサラダ
りんご
牛乳



10月31日（火）

ハロウィン🎃

とりとコーンのピラフ
玉ドレサラダ
ミネストローネ
パンプキンドーナツ
牛乳

