

日 (曜)	こ ん だ て め い	あ か い ろ	き い ろ	み ど り い ろ	栄養価 kcal	日 (曜)	こ ん だ て め い	あ か い ろ	き い ろ	み ど り い ろ	栄養価 kcal
4 (火)		ちやにくやほねになるもの	はたらくちからやたいおんになるもの	からだのちょうしをととのえるもの	522	21 (金)		ちやにくやほねになるもの	はたらくちからやたいおんになるもの	からだのちょうしをととのえるもの	604
5 (水)		ぎゅうにゅう	こむぎこ・パンマカロニ・じゃがいも・さといも・でんぶん・さとう・アーモンド・ごまあぶら・こめあぶら	キャベツ・きゅうり・あかしそ・たまねぎ・にんじん・レモン・しめじ・エリンギ・マッシュルーム・しょうが	644	25 (火)		ぎゅうにゅう	こむぎこ・こめ・さといも・さとう・ごま・ごまあぶら・こめあぶら	こんにやく・さやいんげん・えだまめ・きゅうり・だいこん・ミニトマト・にんじん・まこもたけ	583
6 (木)		ぎゅうにゅう	こめ・じゃがいも・さとう・ごまあぶら・マヨネーズ	こんにやく・かぼちゃペースト・こまつな・だいこん・とうもろこし・にんじん・もやし・ほししいたけ	556	26 (水)		ぎゅうにゅう	パン・じゃがいも・さとう・ごまあぶら・こめあぶら・マーガリン	きゅうり・きりぼしだいこん・たまねぎ・にんじん・レタス	526
7 (金)		ぎゅうにゅう	こむぎこ・パン・うどん・でんぶん・さとう・ごまあぶら・こめあぶら	きゅうり・ごぼう・たまねぎ・にんじん・しろねぎ・はくさい・もやし・ほししいたけ	635	27 (木)		ぎゅうにゅう	こめ・じゃがいも・さとう・すりごま・ごまあぶら・こめあぶら	こんにやく・さやいんげん・キャベツ・きゅうり・だいこん・にんじん・れんこん	555
11 (火)		ぎゅうにゅう	こめ・でんぶん・さとう・ごまあぶら・こめあぶら	かんぴょう・キャベツ・きゅうり・ごぼう・チンゲンサイ・とうもろこし・にんじん・ねぎ・れんこん・えのきだけ・しょうが・にんにく	548	28 (金)		ぎゅうにゅう	パン・もち・でんぶん・コーンスターチ・さとう・こめあぶら	きゅうり・こまつな・にら・にんじん・キムチ・ほうれんそう・もやし・りんごソース・レモン・しめじ・しょうが・にんにく	624
12 (水)		ぎゅうにゅう	パン・マカロニ・こめあぶら・マヨネーズ	かぼちゃ・キャベツ・きゅうり・たまねぎ・にんじん・みかん・しめじ	616	にほんいち きゅうしよく 日本一おいしい給食アイテムメニューコンテスト さいゆうしゅうしやう しちやうしやう きやういくちやもやう かがや しな がつ がつこうきゅうしよく じっし がつ 最優秀賞、市長賞、教育長賞に輝いた3品を11～12月の学校給食で実施します。11月は さいゆうしゅうしやう にち もく じっし 最優秀賞の「とりにくのえびみそしなみレモンやき」を13日（木）に実施します。					
13 (木)		ぎゅうにゅう	もちむぎ・こめ・こめこ・さといも・はちみつ・ごま・オリーブオイル・こめあぶら・バター・マヨネーズ	キャベツ・こまつな・たまねぎ・にんじん・パセリ・ブロッコリー・レタス・みかん・ジュース・レモン・ほししいたけ	623	かんしや き も た 感謝の気持ちをもって食べましょう! みなさんは食事の時に心を込めて「いただきます」「ごちそうさま」を言っていますか。 みなさんが食事をするまでに、いろいろな人が関わっています。また食べるということは、命を いただくことでもあります。いつも感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。 た 食べ物を運ぶ人 食の命 食の命を育てる人 ありがとうございます 調理をする人 給食当番さん こんだてを考える人					
14 (金)		ぎゅうにゅう	こむぎこ・パン・パンこ・さつまいも・さとう・すりごま・こめあぶら	キャベツ・きゅうり・だいこん・たまねぎ・にんじん・れんこん・ほししいたけ・ハーブミックス	631						
17 (月)		ぎゅうにゅう	こめ・さといも・さとう・ごまあぶら	かんぴょう・きゅうり・しゅんぎく・しょうが・たまねぎ・にんじん・しろねぎ・はくさい・ほうれんそう・れんこん・ばいにく・えのきだけ・ほししいたけ・しいたけ	523						
19 (水)		ぎゅうにゅう	パン・ちゅうかめん・くろざとう・さとう・カシューナッツ・アーモンド・オリーブオイル・ごまあぶら・こめあぶら	カリフラワー・キャベツ・とうもろこし・ねぎ・ブロッコリー・もやし・レモン・にんにく	696						
20 (木)		ぎゅうにゅう	むぎ・こむぎこ・パンこ・こめ・じゃがいも・さとう・オリーブオイル・こめあぶら・ハヤシルウ	えだまめ・キャベツ・きゅうり・かいわれだいこん・たまねぎ・とうもろこし・にんじん・レタス・しょうが・にんにく	652						