

| 2023年10月2日(月)                                                                     |                          |                                                                                    |                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| 小学校                                                                               |                          | 中学校                                                                                |                      |
|  |                          |  |                      |
| ごはん                                                                               | とりそぼろのぐ                  | ごはん                                                                                | 鶏そぼろの具               |
| ぎゅうにゅう                                                                            | とうふナゲット(2コ)<br>だいこんのみそしる | 牛乳                                                                                 | 豆腐ナゲット(2個)<br>大根のみそ汁 |

| 2023年10月3日(火)                                                                      |                   |                                                                                     |                              |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| 小学校                                                                                |                   | 中学校                                                                                 |                              |
|  |                   |  |                              |
| ごはん                                                                                | プルコギ              | ごはん                                                                                 | プルコギ                         |
| ぎゅうにゅう                                                                             | ボロニアカツ<br>はるさめスープ | 牛乳                                                                                  | 棒ギョウザ<br>春雨スープ<br>お米のスイートポテト |

| 2023年10月4日(水)                                                                       |               |                                                                                      |             |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| 小学校                                                                                 |               | 中学校                                                                                  |             |
|  |               |  |             |
| ごはん                                                                                 | いわしのオレンジに     | ごはん                                                                                  | いわしのオレンジ煮   |
| ぎゅうにゅう                                                                              | にくじゃが<br>いそあえ | 牛乳<br>ミルメーク                                                                          | 肉じゃが<br>磯和え |

2023年10月5日(木)

小学校



こくとうパン

にこみうどん

かきあげ

ぎゅうにゅう

ブロッコリーのおかかあえ

ヨーグルト

中学校



黒糖パン

煮込みうどん

かき揚げ

牛乳

ブロッコリーのおかか和え

ヨーグルト

2023年10月6日(金)

小学校



ごはん

ねぎしおぶたどんのぐ

やさいチップス

ぎゅうにゅう

あさづけ

中学校



ごはん

ねぎ塩豚丼の具

焼売(2個)

牛乳

浅漬け

2023年10月10日(火)

小学校



中学校



ごはん

さけのしおやき

ごはん

あじ揚げ煮

かぼちゃのみそしる

かぼちゃのみそ汁

ぎゅうにゅう

ぶたにくとやさいのごまだれあえ

牛乳

豚肉と野菜のごまだれ和え

ブルーベリークレープ

ブルーベリークレープ

2023年10月11日(水)

小学校



中学校



ごはん

チキンカレー

ごはん

チキンカレー

キャベツとコーンのサラダ

キャベツとコーンのサラダ

ぎゅうにゅう

牛乳

2023年10月12日(木)

小学校



中学校



はちみつパン

チーズオムレツ

はちみつパン

チーズオムレツ

レタスとトマトのスープ

レタスとトマトのスープ

ぎゅうにゅう

ポテトサラダ

牛乳

ポテトサラダ

(ノンエッグマヨネーズ)

小魚

(ノンエッグマヨネーズ)

2023年10月13日(金)

小学校



ごはん

ぎゅうにゅう

とりにくのごまてりやき  
しらたまだんごじる  
ひじきのにももの

中学校



ごはん

牛乳

チキンカツ  
白玉だんご汁  
ひじきの煮物

2023年10月16日(月)

小学校



中学校



ごはん

マーボー豆腐

ごはん

麻婆豆腐

ナムル

春巻

ぎゅうにゅう

こざかな

牛乳

ナムル

2023年10月17日(火)

小学校



中学校



コッペパン

ハンバーグ

丸パン

たらフライ

(セルフサンド)

キャベツ

(セルフバーガー)

キャベツ

ぎゅうにゅう

(ケチャップ)

牛乳

(ソース)

ポークビーンズ

ラフランスゼリー

ポークビーンズ

2023年10月18日(水)

小学校



中学校



ごはん

とりにくのりしおからあげ

ごはん

鶏肉のねぎソースかけ

ぶたじる

豚汁

ぎゅうにゅう

おひたし

牛乳

お浸し

ヨーグルト

2023年10月19日(木)

小学校



こくとうパン

ぎゅうにゅう

スパゲティミートソース  
ブロッコリーサラダ

中学校



黒糖パン

牛乳

スパゲティミートソース  
ブロッコリーサラダ  
お米のババロア(みかんソース)

2023年10月20日(金)

小学校



ごはん  
きさらづさんやきのり  
ぎゅうにゅう

あじあげに  
トックいりわかめスープ  
バンバンジーサラダ

中学校



ごはん  
木更津産焼きのり  
牛乳

チヂミ  
トックいりわかめスープ  
バンバンジーサラダ

2023年10月23日(月)

小学校



ごはん  
ぎゅうにゅう

キムチとたくあんどはんのぐ  
あつやきたまご  
ビーフンスープ  
かじゅうグミ(ぶどう)

中学校



ごはん  
牛乳

キムチとたくあんどはんの具  
厚焼き玉子  
ビーフンスープ  
豆乳プリンタルト

2023年10月24日(火)

小学校



しよくパン  
いちごジャム  
ぎゅうにゅう

やさいコロッケ  
(ソース)  
ABCスープ  
きりぼしだいこんのちゅうかあえ

中学校



食パン  
いちごジャム  
牛乳

グリルチキン  
ABCスープ  
切干し大根の中華和え  
みかんゼリー

2023年10月25日(水)

小学校



ごはん

ぎゅうにゅう

さばのごまみそやき

みそしる

ぶたごぼう

中学校



ごはん

牛乳

かつおコロッケ

みそ汁

豚ごぼう

2023年10月26日(木)

小学校



ごはん

ハッシュドポーク  
キャベツとささみのサラダ

ぎゅうにゅう  
ミルメーク

中学校



ごはん

ハッシュドポーク  
キャベツとささみのサラダ  
チーズ

牛乳

2023年10月27日(金)

小学校



ごはん

まつかぜやき  
すましじる  
ごもくまめ  
おこめのパパロア(みかんソース)

ぎゅうにゅう

中学校



ごはん

鶏肉のり塩から揚げ  
すまし汁  
五目豆

牛乳

2023年10月30日(月)

小学校



ごはん

さんまのしょうがに  
みそちゃんこ  
ごまあえ

ぎゅうにゅう

中学校



ごはん

さんまの生姜煮  
みそちゃんこ  
ごまあえ

牛乳

2023年10月31日(火)

小学校



中学校



ごはん

ハンバーグケチャップソース

ごはん

ハンバーグケチャップソース

パンプキンスープ

パンプキンスープ

ぎゅうにゅう

ひじきのマリネ

牛乳

ひじきのマリネ

かぼちゃのババロア

かぼちゃのババロア