2026年10月1日(木)

小学校		中学校	
			
ごはん	まつかぜやき	ごはん	松風焼き
	ぶたごぼう		豚ごぼう
ぎゅうにゅう	わかめスープ	牛乳	わかめスープ
			いちごとみかんのゼリー

2026年10月2日(金)

小学校		中学校	
			
ごはん	とりにくのたつたあげ	ごはん	キャベツメンチカツ
	れんこんサラダ		れんこんサラダ
ぎゅうにゅう	あつあげのちゅうかに	牛乳	厚揚げの中華煮

2026年10月5日(月)

小学校		中学校	
			
ごはん	チヂミ	ごはん	チヂミ
	ナムル		ナムル
ぎゅうにゅう	みそちゃんこ	牛乳	みそちゃんこ

2026年10月6日(火)

小学校		中学校	
			
コッペパン ぎゅうにゅう	あつやきハム もやしのカレーサラダ コーンポタージュ	コッペパン 牛乳	野菜コロッケ （ソース） もやしのカレーサラダ コーンポタージュ

2026年10月7日(水)

小学校		中学校	
			
ごはん ぎゅうにゅう	キャベツメンチカツ ブロッコリーのおかかあえ じゃがいものみそしる	ごはん 牛乳	鶏肉の竜田揚げ ブロッコリーおかか和え じゃがいものみそ汁

2026年10月8日(木)

小学校		中学校	
			
ごはん ぎゅうにゅう	ハッシュドポーク はるさめサラダ	ごはん 牛乳	ハッシュドポーク 春雨サラダ チーズ

2026年10月9日(金)

小学校		中学校	
			
ごはん ぎゅうにゅう	さばかんこくふうみやき めにA(ええ)あえ かぼちゃのみそしる	ごはん 牛乳	さばの韓国風味焼き 目にA(ええ)和え かぼちゃのみそ汁

2026年10月13日(火)

小学校		中学校	
			
ごはん ぎゅうにゅう ミルメーク	にくだんごすぶたふう ツナのちゅうかあえ	ごはん 牛乳 ミルメーク	肉団子酢豚風 ツナの中華和え

2026年10月14日(水)

小学校		中学校	
			
ごはん ぎゅうにゅう	やさいコロッケ (ソース) やさいいため うすくずじる	ごはん 牛乳	あつやきハム 野菜炒め うすくず汁

2026年10月15日(木)

小学校		中学校	
			
しょくパン ブルーベリージャム ぎゅうにゅう	ミートソースパスタ ブロッコリーサラダ	食パン ブルーベリージャム 牛乳	ミートソースパスタ ブロッコリーサラダ

2026年10月16日(金)

小学校		中学校	
			
ごはん ふりかけ ぎゅうにゅう	あじいそべフライ バンバンジーサラダ あつあげのみそしる	ごはん 牛乳	さけの塩焼き バンバンジーサラダ 厚揚げのみそ汁

2026年10月19日(月)

小学校		中学校	
			
ごはん きさらづさんやきのり ぎゅうにゅう	いわしあげだまフライ あさづけ にくじゃが	ごはん 木更津産焼きのり 牛乳	いわしのオレンジ煮 浅漬け 肉じゃが

2026年10月20日(火)

小学校		中学校	
			
ごはん	とりそぼろ	ごはん	鶏そぼろ
	キムチスープ		キムチスープ
ぎゅうにゅう	ヨーグルト	牛乳	ヨーグルト

2026年10月21日(水)

小学校		中学校	
			
ごはん	さけのしおやき	ごはん	あじ磯辺フライ
	ごもくきんぴら	ふりかけ	五目きんぴら
ぎゅうにゅう	だいこんとあぶらあげのみそしる	牛乳	大根と油揚げのみそ汁

2026年10月22日(木)

小学校		中学校	
			
コッペパン	やきそば	コッペパン	焼きそば
	レモンかじゅうサラダ		チキンナゲット（2個）
ぎゅうにゅう		牛乳	レモン果汁サラダ

2026年10月23日(金)

小学校		中学校	
			
ごはん	マーボーどうふ	ごはん	麻婆豆腐
	ひじきのマリネ		ひじきのマリネ
ぎゅうにゅう	ミニアセロラゼリー	牛乳	豚肉シュウマイ（2個）
			ミニアセロラゼリー

2026年10月26日(月)

小学校		中学校	
			
ごはん	あきのかおりカレー	ごはん	秋の香りカレー
	はなやさいサラダ		花野菜サラダ
ぎゅうにゅう	あじつきこざかな	牛乳	味付小魚

2026年10月27日(火)

小学校		中学校	
			
ごはん	とりにくのごまだれやき	ごはん	ポテトとお米のささみカツ
	いそあえ		磯和え
ぎゅうにゅう	にくだんごとはるさめのスープ	牛乳	肉団子と春雨のスープ

2026年10月28日(水)

小学校		中学校	
			
ごはん	ぶたにくのスタミナいため きゅうりのすのもの いちごとみかんのゼリー	ごはん	豚肉のスタミナ炒め きゅうりの酢の物 カスタード風クレープ（米粉・豆乳）
ぎゅうにゅう		牛乳	

2026年10月29日(木)

小学校		中学校	
			
こくとうパン	ハンバーグケチャップソース ハムサラダ コンソメスープ	黒糖パン	ハンバーグケチャップソース ハムサラダ コンソメスープ
ぎゅうにゅう		牛乳	

2026年10月30日(金)

小学校		中学校	
			
ごはん	ポテトとおこめのささみカツ ぶたにくとだいこんのみそに クイッティオのサラダ かぼちゃプリン	ごはん	鶏肉のごまだれ焼き 豚肉と大根のみそ煮 クイッティオのサラダ かぼちゃプリン
ぎゅうにゅう		牛乳	