

今年、十五夜が9月10日。
十三夜は10月8日です。



10月

よていこんだてひょう

志木市立志木小学校



11月にお箸を上手に使って、骨付きさんまを食べる方法を学ぶ予定です。おうちでも練習をお願いします。

令和4(2022)年度

げつようび		かようび		すいようび		もくようび		きんようび						
3 きまほう1つぽん ¹ あかげのアンズ-フ ² 		4 きくのはなのおひたし いわしなばやし ¹ 		5 わさびはん ¹ けんきもりもり ² きたききゅうり ³ 		6 くりじはん ¹ てまり ² あなねだん ³ 		7 もずくどんぶり ¹ ひみつ ² フルーツポンチ ³ 						
おはなし給食 592kcal 24.3g		おはなし給食 562kcal 24.7g		おはなし給食 578kcal 20.6g		2日早い十三夜献立 661kcal 20.7g		おはなし給食 617kcal 25.3g						
こめ おぎ きょうりき マカロニ さとう こめあぶら さんおんどう	ぎゅうにゅう どうにゅう ウィンナー ベーコン いんげんまめ	にんにく セロリ にんじん たまねぎ トマト きまほう	こめ でんぶん こめおぎ ら さとう さつまいも	ぎゅうにゅう いわし とうふ みそ	しょうが きくのり もやし こまつな たまねぎ まいたけ ねぎ	こめ おぎ こめあぶら さんおんどう でんぶん ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたももにく みそ	なす しょうが にんにく ながねぎ にんじん きゅうり ほししいたけ	こめ こめあぶら さんおんどう でんぶん	ぎゅうにゅう ぶたももにく もずく あーさ とうふ	にんじん たまねぎ とうもろこし ピーマン しょうが とうがん バインカン みかんかん わなしかん			
10 スポーツの日 ¹ ①じはん ②きやべつ ③かつ 		11 ちちのゆらじカツ ¹ キャロット どんぶり オレンジゼリー ² 		12 ひみつ ¹ カレーライス ねいそうサラダ ² 		13 うまじ ¹ さくか ² ひはん ³ さつまいも ⁴ だいご ⁵ のたまきあげ ⁶ 		14 おぎ ¹ じはん ² じま ³ しょうゆ ⁴ こめ ⁵ のフルーベリー ケーキ ⁶ 						
陸上大会がんばれ献立 674kcal 30.6g		おはなし給食 754kcal 21g		★		3日遅れの目の愛護デー献立 759kcal 23.5g								
こめ おぎ こめおぎ こめあぶら さとう	ぎゅうにゅう とりももにく あぶらあげ とうふ みそ かんてん	きゃべつ だいご にんじん こまつな ながねぎ みかん レモン	こめ おぎ こめあぶら こめおぎ こめおぎ	ぎゅうにゅう ぶたにく くらめ わかめ	しょうが セロリ にんにく たまねぎ にんじん りんご きやべつ もやし	うどん さつまいも こめおぎ こめおぎ	ぎゅうにゅう とりももにく わかめ だいご ちりめんじゃこ	エリンギ えのきたけ ねぎ こまつな みかん	こめ おぎ こめおぎ さんおんどう でんぶん はちみつ こなごさ	ぎゅうにゅう ぶたももにく どうにゅう	かぼちゃ しょうが にんじん レモン さやいんげん ブルーベリーソース			
17 ソフト アンズ パン 		18 じま ¹ えん ² さばのみそ ³ 		19 チキンライス ¹ ライスモルトサラダ ² 		20 てつぱん ¹ たまご ² なな ³ にんじん ⁴ しょうが ⁵ のしょうが ⁶ 		21 ねむ ¹ ちゅー ² めん ³ りんご ⁴ のフルーベリー ケーキ ⁵ 						
581kcal 25.8g		576kcal 29.3g		600kcal 20.6g		667kcal 27.3g								
パン こめあぶら こめおぎ こめおぎ こめおぎ	ぎゅうにゅう こやどうふ どうにゅう チーズ とりももにく ひよこまめ ベーコン ウィンナー	たまねぎ ほうれんそう パセリ にんじん きやべつ もやし	こめ おぎ こめあぶら さんおんどう	ぎゅうにゅう しらす さば みそ とうふ わかめ	うろめきだいご しょうが ながねぎ こまつな にんじん もやし こまつな	こめ おぎ こめおぎ こめおぎ	ぎゅうにゅう バター とりももに く ベーコン かまぼこ ウィンナー	にんにく たまねぎ きゅうり にんじん きやべつ パセリ	こめ もちおぎ さんおんどう こめあぶら	ぎゅうにゅう さんま とりももにく ひきき あぶらあげ みそ	しょうが こまつな にんじん だいご とうもろこし レモン ほうれんそう ほししいたけ	ちゅうかめん ごまあぶら こめあぶら さとう	ぎゅうにゅう やきぶた かんてん	にんにく しょうが ながねぎ にんじん もやし りんご りんごかん バインアップル みかんかん
24 おひだれ ¹ てんよせ ² やきとりどん ³ 		25 スパゲティ ¹ ミートソース ² ジャぱん ³ しやしき サラダ ⁴ 		26 ちやれ ¹ ちやれ ² ちやれ ³ ちやれ ⁴ ちやれ ⁵ 		27 あき ¹ のかり ² のかり ³ のかり ⁴ のかり ⁵ 		28 あき ¹ のかり ² のかり ³ のかり ⁴ のかり ⁵ 						
長野県の郷土料理 542kcal 30.1g		スパゲティ ごま オリーブオイル こめあぶら こめおぎ こめおぎ		おはなし給食 566kcal 21.6g		おはなし給食 582kcal 21.1g		かみかみメニュー 635kcal 27.8g						
こめ おぎ こめあぶら さとう	ぎゅうにゅう とりももにく とうふ さばのみずに みそ かんてん	にんにく しょうが りんご ねぎ だいご こまつな みかんジュース	こめ おぎ こめあぶら こめおぎ こめおぎ	ぎゅうにゅう ぶたももにく だいご	しょうが にんにく たまねぎ にんじん セロリ トマト きゅうり	こめ おぎ こめあぶら こめおぎ こめおぎ	ぎゅうにゅう ぶたももにく みそ わかめ	ねぎ にんじん もやし こまつな しょうが かき	こめ こめあぶら バター でんぶん じゃがいも	ぎゅうにゅう ウィンナー とりももにく とうふ	にんにく しょうが たまねぎ ごぼう にんじん しめじ ねぎ みかん	こめ さつまいも はつがけんまい マヨネーズ こめあぶら でんぶん	ぎゅうにゅう ほき だいご けりにぼし あぶらあげ みそ	にんじん だいご きやべつ ねぎ こまつな
31 くろパン ¹ ねいそう ² ミートソース ³ ケチャップ ⁴ 		日本の食文化を知ろう 		読書の秋 		日本の食文化を知ろう 		読書の秋 						
おはなし給食 616kcal 21.6g		日本の食文化を知ろう		読書の秋		日本の食文化を知ろう		読書の秋						
パン こめあぶら ぎょうぎのかわ さとう こめおぎ オリーブオイル マカロニ	ぎゅうにゅう ぶたももにく チーズ ベーコン	かぼちゃ たまねぎ にんにく にんじん あかピーマン ピーツ トマト	にほん しょくぶんか し 〇〇 〇〇 にち め あいご こんだて 〇〇 〇〇 11日は目の愛護デー献立です ★は高学年が井です		※材料等の都合でその日の献立が変更になる 場合があります。ご了承ください。 ※給食費は郵便局より引き落とされます。 忘れずに納入をお願いします。		表示の説明		上のだんの数字 エネルギーkcal→ 下のだんの数字 たんぱく質g→					
こめ さとう こめあぶら さんおんどう さとう	ぎゅうにゅう とりももにく あぶらあげ みそ	しょうが なしレモン にんにく とうがん にんじん たまねぎ きりぼしだいご ほししいたけ ながねぎ こまつな	おもにねつやち からのもとなる 食品		おもにからだをつ くる食品		おもにからだの ちようしをとの える食品		こめ さとう こめあぶら さんおんどう さとう	ぎゅうにゅう とりももにく あぶらあげ みそ	しょうが なしレモン にんにく とうがん にんじん たまねぎ きりぼしだいご ほししいたけ ながねぎ こまつな			