今年は、十五夜が１０月６日。
十三夜は１１月２日です。

令和７（２０２５）年度

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。
おうちでも練習お願いします。

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
★30日の給食のついて★ 30日に異学年交流を目的としたなかよし活動の行事で、なかよしお弁当給食を予定しています。当日の持ち物等の詳細につきましては、「なかよしお弁当給食について」のお手紙をお読みください。	※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。 ※★の日は４年生以上は、弁です。 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 →	**1** むぎごはん　しきっこさくらかっぱカレー　パリパリサラダ 638kcal　22.4g ぎゅうにゅう　ぶたにく にんにく　しょうが　たまねぎ　にんじん　トマト　なす　きゅうり　はくさい　キャベツ こめ　むぎ　こめあぶら　こむぎこ　ワンタンのかわ　はちみつ おもにからだをつくるしょくひん　おもにからだのちょうしをととのえるしょくひん　おもにねつやちからのもとになるしょくひん	**2** むぎごはん　さばなのもみじやき　あきのかみかみあえ　さと芋とまいたけのみそしる 558kcal　26.2g ぎゅうにゅう　ホキ　みそ　かえりにぼし　だいず　とうふ にんじん　たまねぎ　まいたけ　ねぎ こめ　むぎ　ノンエッグマヨネーズ　さつまいも　でんぷん　こめあぶら　さんおんとう　ごま　さといも	**3** ホットドッグ　トマトチーズやき　きょほう　すりおろしやさいドレッシング 552kcal　19.9g ぎゅうにゅう　ウインナー　チーズ にんにく　たまねぎ　にんじん　だいこん　キャベツ　きゅうり　とうもろこし　きょほう パン　オリーブあぶら　さとう　こめあぶら
6 むぎごはん　こまつなのふりかけ　みたらしだんご　とうなんのあんかけ **十五夜献立**　660kcal　26.3g ぎゅうにゅう　ちりめんじゃこ　さくらえび　とりにく　とうふ こまつな　とうがん　しょうが　きゅうり こめ　むぎ　ごまあぶら　ごま　こめあぶら　でんぷん　しらたまこ　さんおんとう	**7** むぎごはん　おからいりコロッケ　きりぼしだいこんのにもの　とりごぼうじる **6－1 S さんの献立**　736kcal　25.8g ぎゅうにゅう　ぶたにく　おから　とうにゅう　あぶらあげ　とりにく にんじん　たまねぎ　きりぼしだいこん　ぶなしめじ　ねぎ　こまつな　ごぼう　えのきたけ こめ　むぎ　こめあぶら　じゃがいも　こむぎこ　パンこ　さんおんとう	**8★** りんごゼリー　いりフルーツポンチ　ねぎチャーシューめん　スープ 668kcal　23.3g ぎゅうにゅう　やきぶた　かんてん にんにく　しょうが　ねぎ　にんじん　もやし　りんごジュース　りんごかん　パインかん　みかんかん ちゅうかめん　ごまあぶら　こめあぶら　さとう	**9** むぎごはん　とりにくのトマトに　にんじんとはちみつレモン　じゃがいもとはくねぎのスープ **6－3 Y さんの献立**　620kcal　25.4g ぎゅうにゅう　とりにく　チーズ　ツナ にんにく　にんじん　たまえぎ　ねぎ　ぶなしめじ　トマトかん　レモン こめ　むぎ　オリーブあぶら　さんおんとう　はちみつ　さとう　こめあぶら　じゃがいも　バター	**10** むぎごはん　ごまじょうゆ　このこのブルーベリーケーキ　カぼちゃのそぼろあんかけ **目の愛護デー献立**　729kcal　24.4g ぎゅうにゅう　ぶたにく　とうにゅう 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 こめ　むぎ　ごま　こめあぶら　さんおんとう　でんぷん　こむぎこ　こめこ　はちみつ
13 **スポーツの日** 	**14** むぎごはん　カレーライス　ちいさなサラダ 643kcal　21.8g ぎゅうにゅう　ぶたにく　かいそうミックス たまねぎ　しょうが　にんにく　にんじん　りんご　キャベツ　もやし こめ　むぎ　こめあぶら　こむぎこ　じゃがいも	**15** むぎごはん　れんこんつくねあまれらやき　こまつなのしろだしあえ　とうふとわかめのみそしる **6－5 G さんの献立**　556kcal　26.6g ぎゅうにゅう　とりにく　とうふ　みそ　わかめ れんこん　しょうが　こまつな　もやし　にんじん　ねぎ こめ　むぎ　パンこ　ノンエッグマヨネーズ　でんぷん　さんおんとう	**16** むぎごはん　いいづなまちのりんご　ごまあえ　さばのみそに **長野県飯綱町のりんご**　562kcal　24.5g ぎゅうにゅう　さば　みそ　こんぶ しょうが　ねぎ　こまつな　にんじん　もやし　りんご こめ　むぎ　さんおんとう　さとう　ごま	**17★** うまいおとりうどん　たぬきみかん 555kcal　21.2g ぎゅうにゅう　とりにく　あぶらあげ　わかめ　とうふ　とうにゅう エリンギ　えのきたけ　ねぎ　こまつな　たまねぎ　にんじん　ごぼう　しょうが　みかん しょくえんゼロうどん　ごまあぶら　さつまいも　こむぎこ　さんおんとう　こめあぶら
20 むぎごはん　さんまのしょうがに　てっぱんたっぷりばばいろに　あきのみそしる **1日遅れの食育の日の献立**　658kcal　26.7g ぎゅうにゅう　さんま　ひじき　とりにく　あぶらあげ　とうふ　みそ レモン　しょうが　にんじん　なす　とうもろこし　ほししたけ　ねぎ　ほうれんそう　ぶなしめじ　ごぼう　こまつな こめ　むぎ　さんおんとう　こめあぶら　ごまあぶら　こんにゃく　さつまいも	**21★** わかめのビビンバどん　わかめスープ **6－4 M さんの献立**　563kcal　22.1g ぎゅうにゅう　ぎゅうにく　ぶたにく　わかめ にんにく　しょうが　こまつな　もやし　にんじん　たまねぎ　ねぎ こめ　むぎ　ごまあぶら　さんおんとう　ごま	**22** あきのガーリックピラフ　きくねみかん　おだんごスープ お話給食「おだんごスープ」より　おだんごスープ　554kcal　19.7g ぎゅうにゅう　ウインナー　とりにく　とうふ にんにく　たまねぎ　ごぼう　にんじん　ぶなしめじ　しょうが　ねぎ　みかん こめ　こめあぶら　バター　じゃがいも　でんぷん	**23** むぎごはん　ぶたなすピーマンのみそいため　やさいプロプロスープ **6－2 W さんの献立**　669kcal　21.9g ぎゅうにゅう　ぶたにく　みそ　かつおぶし　ベーコン なす　ピーマン　こまつな　もやし　にんじん　たまねぎ　キャベツ こめ　むぎ　ごまあぶら　さんおんとう　こめあぶら　オリーブあぶら　じゃがいも	**24★** カツどん　①ごはん　②のり　③カツ　げんきもりもりとんじる **運動会応援献立**　697kcal　35.9g ぎゅうにゅう　とりにく　みそ　ぶたにく　なまあげ　のり ごぼう　だいこん　にんじん　キャベツ　ねぎ　こまつな こめ　むぎ　こむぎこ　パンこ　こめあぶら　さとう　ごまあぶら　いとこんにゃく　さつまいも
27 うんどうかいふりかえきゅうぎょうび **運動会振替休業日** 	**28** スパゲティビーンズソース　じゃがいもシャキサラダ 654kcal　27.2g ぎゅうにゅう　ぶたにく　だいず たまねぎ　しょうが　にんにく　セロリ　にんじん　きゅうり スパゲティ　オリーブあぶら　こめあぶら　こむぎこ　じゃがいも　ごまあぶら　ごま	**29** おいなりやきとりどん　てんよせ（ぶどうジュース）　なめこのみそしる **長野県の郷土料理**　561kcal　32.7g ぎゅうにゅう　とりにく　とうふ　みそ　さばのみずにかんてん ねぎ　しょうが　にんにく　りんご　たけのこ　ぶどうジュース こめ　むぎ　こめあぶら　さとう	**30** パンいり　フライドチキン　ゆでキャベツ　みかんジュース　フライドポテト　シャインマスカット2つぶ **なかよしお弁当給食**　518kcal　21.5g とりにく キャベツ　シャインマスカット　みかんジュース パン　こむぎこ　コーンスターチ　こめあぶら　じゃがいも	**31** くろパン　けチャップ　かぼちゃのミートパイ　トマトスープ **ハロウィン献立**　619kcal　21.9g ぎゅうにゅう　ぶたにく　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　トマトジュース　トマトかん パン　さとう　ぎょうざのかわ　こめあぶら　こむぎこ　オリーブあぶら　ファルファッレ

お家から空のお弁当箱とお箸を持ってきてください。
詳しくはさくら連絡網をご確認ください。