

18日は、ふれあいうんどうかいです。
うんどうして、きゆうしよくをたべて、



10月 こんだてひょう



犬山市立楽田小学校

日	曜日	献立名	主な材料とその働き																	
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる													
			1群	2群	3群	4群	5群	6群												
1	水	パンズパン とりにくのたつたあげ ゆでキャベツ たまねぎスープ ①いぬやまのぶどう	とりにく チキンバーガー ベーコン	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう		しょうが キャベツ たまねぎ もやし	パン でんぶん たまねぎ ぶどう (シャインマスカット・ペにかねざわ)													
2	木	むぎごはん マーボー豆腐 あげしゅうまい もやしちゅうかあえ	ぶたにく だいず ぶたにく	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ ねぎ しょうが にんにく たまねぎ しょうが もやし きりぼしだいこん	こめ むぎ でんぶん さとう こむぎこ でんぶん さとう さとう	こまあぶら あぶら あぶら こまあぶら こま												
3	金	ごはん あじのみみじやき やさいのなめたけあえ さつまじる	あじ おから	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん にんじん にんじん ねぎ	キャベツ えのきたけ だいこん こんにゃく ごぼう	こめ さつまいも	マヨネーズ (ノンエッグ) ごま												
6	月	ごはん さといもコロッケ はくさいとちくわのしょうがあえ おつきみじる おつきみクレープ	とりにく こんぶ ちくわ とりにく とうふ かまぼこ とうふ だいず	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん にんじん かぼちゃ ねぎ	はくさい しょうが えのきたけ	こめ さといも こむぎこ パンこ さとう	あぶら												
7	火	けんまいごはん まめのカレー チキンポロニアステーキ フルーツパパロア	ぶたにく だいず とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ にんにく	けんまい じゃがいも でんぶん さとう	あぶら												
8	水	ごはん ぶたにくとだいこんのもの さんまのぎんがみやき ほうれんそうのしそひじきあえ	ぶたにく はんぺん あつあげ さんま みそ	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん	だいこん しいだけ もやし	こめ さといも さとう こめこ さとう	あぶら												
9	木	むぎごはん けんきどん れんこんサンドフライ キャベツのうめおかあえ	ぶたにく かまぼこ とりにく あぶらあげ かつおぶし	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん いら にんじん	たまねぎ しらたき れんこん たまねぎ しいだけ キャベツ きゅうり うめ	こめ むぎ さとう こむぎこ パンこ でんぶん	あぶら あぶら												
10	金	ソフトめん なごやあんかけソース チキンナゲット ブルーベリーゼリー	ウインナー ベーコン とりにく	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン トマト	たまねぎ キャベツ にんにく ブルーベリー	ソフトめん でんぶん さとう こむぎこ パンこ さとう	あぶら あぶら												
14	火	むぎごはん さんしょくそぼろどん とうじゅういりみそしる りんご	ツナ たまご SEEC とろろ あぶらあげ とうじゅう しそみそ	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	しょうが たまねぎ えだまめ はくさい こんにゃく りんご	こめ むぎ さとう	あぶら												
15	水	くるロールパン ケニヒスベルガー・クロプセ (にくだんこのホワイトソース) ザウアークラウト (キャベツのあますづけ) アイントップ (やさいスープ)	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう クリーム		たまねぎ しょうが にんにく レモン キャベツ たまねぎ セロリー	パン さとう こむぎこ さとう じゃがいも	バター あぶら												
16	木	ごはん さばのおろしソース しおこんぶあえ ぶたじる	さば こんぶ ぶたにく とうふ あぶらあげ あかみそ	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん にんじん ねぎ	えのきたけ だいこん しょうが キャベツ だいこん ごぼう	こめ さとう さといも													
17	金	ごはん わんまるくんコロッケ こまつなひじきごまあえ つくねじる	ツナ とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう ひじき	こまつな にんじん ねぎ	たまねぎ もやし たまねぎ しょうが にんにく しいだけ だいこん	こめ じゃがいも こむぎこ パンこ こめこ さとう さといも	あぶら ごま												
18	土	ナン ドライカレー コンソメスープ いちごアイス	ぶたにく ぎゅうにゅう だいず ツナ	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん トマト ピーマン にんじん	たまねぎ にんにく キャベツ コーン もやし いちご レモン	こめ さとう さとう あぶら	あぶら												
21	火	さつまいもごはん いわしのはちょうみそに ゆかりあえ けんちんじる	いわし みそ とりにく とうふ	ぎゅうにゅう こんぶ ぎゅうにゅう	ねぎ にんじん しそ にんじん ねぎ	キャベツ きゅうり ごぼう だいこん こんにゃく	こめ さとう さといも こまあぶら	こまあぶら												
22	水	むぎごはん わふうハンバーグ キャベツのおかあえ こじる	とりにく かつおぶし とうふ ミックスみそ とうじゅう	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり えのきたけ こんにゃく しょうが	こめ むぎ さとう でんぶん じゃがいも さとう さといも	あぶら												
23	木	ごはん ちゅうかはん しそいりぎょうざ かんでんいりちゅうかサラダ	ぶたにく いか えび ちくわ ぶたにく だいず オイスターソース	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん いら しそ	たまねぎ はくさい たけのこ しいだけ キャベツ しょうが きゅうり キャベツ	こめ でんぶん こめこ でんぶん さとう さとう	あぶら あぶら こまあぶら												
24	金	うどん わふうタンタンうどん とりにくとさといものあげに オレシ	ぶたにく かまぼこ あぶらあげ とうじゅう しそみそ とりにく	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ オレシ	うどん さといも でんぶん さとう	ごま あぶら												
27	月	ごはん みそカツ こまつなときりぼしだいこんのごまあえ なめこじる	ぶたにく あかみそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	こまつな ねぎ	土しょうが キャベツ もやし きりぼしだいこん なめこ だいこん	こめ パンこ こむぎこ こめこ さとう さとう さといも	あぶら ごま												
28	火	むぎごはん にらまんじゅう ぶたキムチいため はるさめスープ	ぶたにく だいず ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	いら ねぎ にんじん いら にんじん チンゲンサイ	キャベツ にんにく しょうが はくさい しらたき もやし たまねぎ しいだけ キャベツ	こめ むぎ こむぎこ さとう はるさめ	ラード こまあぶら ごま												
29	水	りんごパン あじフリッター ほうれんそうとコーンのソテー ミネストローネ	あじ ベーコン	ぎゅうにゅう おきあみ アオサのり	ほうれんそう にんじん にんじん トマト	りんご コーン キャベツ たまねぎ セロリー にんにく	パン こむぎこ こめこ じゃがいも	あぶら あぶら												
30	木	チキンピラフ かぼちゃグラタン キャベツとウインナーのスープ ミニごまごおりみかんゼリー	とりにく おから とうじゅう ウインナー ベーコン	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん トマト かぼちゃ にんじん	たまねぎ マッシュルーム たまねぎ キャベツ たまねぎ コーン みかん	こめ じゃがいも こめこ さとう さとう	あぶら あぶら												
31	金	ごはん あいちのにくだんご キャベツとシラスのゆかりあえ みそにこみおでん	とりにく だいず とうふ しらすぼし	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん しそ	たまねぎ れんこん しょうが キャベツ きゅうり だいこん こんにゃく	こめ でんぶん さとう さといも さとう	あぶら												

【今月の行事】 6日 十五夜(お月見) 10日 目の愛護デー 15日 大阪・関西万博 献立(ドイツ) 18日 運動会 20日 代休日 31日 4年生校外学習・ハロウィン(献立は30日) 給食回数 22回

・食料は、体の中の働きによって3つの仲間に分けられています。
・汁物のだしには、煮干しやむろあじ、昆布などを使用しています。
・材料等の都合により献立の変更がある場合があります。ご了承ください。



【給食の欠食について】
○ 病気やけが等による長期(連続4日以上)の欠席または出席停止が見込まれる場合、保護者からの欠食の申し出をもって欠食を行うことができます。
希望される場合は、申し出をお願いします。
○ 欠食は、申し出日から6日目(土・日・祝日を含む)より対応可能です。

①1日に、犬山市でとれた「ぶどう」が登場します。とてもおいしいので、味わって食べましょう。