

目標 **なんでもたべてつよいからだをつくろう**

- ・すききらいしないでたべること
- ・てあらいうがいのてってい



| 月                                                      | 火                                                                | 水                                                                  | 木                                                         | 金                                                        |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
|                                                        | 1 4年生給食ありません                                                     | 2                                                                  | 3                                                         | 4                                                        |
|                                                        | ちやしと<br>ほうれんそうのナムル<br>むしぎょうざ<br>チャンポンめん<br>のかけじる<br>ちゅうかめん       | さんしょくおひだし<br>いわしのしょうがに<br>とうふの<br>みそしる<br>まめごはん                    | ぶくしまけんさんももゼリー<br>ツナサラダ<br>はくさいの<br>クリームに<br>コッペパン         | デコポン<br>フロccoliーサラダ<br>ハヤシライス                            |
| 7                                                      | 8                                                                | 9                                                                  | 10                                                        | 11                                                       |
| なつとう<br>ひじきのいために<br>ぶとだいこんの<br>みそしる<br>ごはん             | フルーツヨーグルトあえ<br>ぶたにくとだいず<br>のケチャップは<br>きなこあげパン                    | まめみそ<br>わかめとやさいの<br>あえもの<br>すきやきに<br>むぎごはん                         | チーズ<br>ごほうサラダ<br>ごますいとん<br>アップルパン                         | けんこく きねん ひ<br>建国記念の日<br>いただきます                           |
| 14                                                     | 15                                                               | 16                                                                 | 17                                                        | 18                                                       |
| カニシューマイ<br>ホイコーロー<br>ちゅうかスープ<br>むぎごはん                  | はるか<br>きりぼしだいこんと<br>ツナのあえもの<br>カレーうどんの<br>かけじる<br>ソフトめん          | うのはないり<br>ぶりのてりやき<br>とんじる<br>むぎごはん                                 | こぶきいも<br>ハンバーグドミグラスソース<br>かけ<br>はくさいと<br>コーンのスープ<br>コッペパン | やさいの<br>おかかチーズあえ<br>ささみレモンしょうゆかけ<br>なまあげの<br>みそしる<br>ごはん |
| 21                                                     | 22                                                               | 23                                                                 | 24                                                        | 25                                                       |
| ひじき<br>てづくりふりかけ<br>こまつなのからしあえ<br>なまあげの<br>にくみそに<br>ごはん | スライスチーズ<br>ポテトサラダ<br>ワンタン<br>スーパ<br>しょくパン                        | てんのうたんじょうび<br>天皇誕生日<br>いただきます                                      | いちご<br>コーンサラダ<br>ひきにくカレー<br>ナン                            | はるさめのごますあえ<br>ヤンニョムチキン<br>チンゲンサイ<br>のスープ<br>むぎごはん        |
| 28                                                     | 6年生卒業お祝い給食<br>(10月14日欠食分)<br>プラス<br>タンドリーチキン<br>アイスcream<br>くだもの |                                                                    |                                                           |                                                          |
| もやし<br>のラーゆあえ<br>ショーロンポー<br>ジャジャン<br>とうふ<br>ごはん        | めにはみえないかぜ<br>やしょくちゅうどくお<br>食中毒を起こすウイルス<br>がついていることがあり<br>ます。     | ウイルスがついた手で食べ<br>物を食べたり、目や鼻の粘<br>まく<br>膜に触れたりすると、ウイ<br>ルスが体内に侵入します。 |                                                           |                                                          |



