

月 火 水 木 金

2

牛乳
ぎゅうにゅう

ごはん

ひきにくと豆腐のもの
はるさめスープ

3

牛乳
ぎゅうにゅう

バナナ
やさいのアーモンドいため
ちいさいくろぎとうパン
ぶたにくうどん

4

牛乳
ぎゅうにゅう

スイートポテト
あきのかおりごはん
ごはんにまぜます

ごはん

つみいれじる

5

牛乳
ぎゅうにゅう

さつまいもとりんごのかさねに
チキンナゲット
はちみつ
パン
とうふのちゅうかふうスープ

6

あきやすみ

9

スポーツのひ

10

あきやすみ

11

牛乳
ぎゅうにゅう

ミックスフルーツ
ビーンズカレーライス
ごはんにかけます

ごはん

12

牛乳
ぎゅうにゅう

焼うどんの日献立
だいこんとあいのしまさんわかめのツナごまあえ
ちいさいパン
やきうどん

ごはん

くろまめきなこクリーム

13

牛乳
ぎゅうにゅう

きりぼしだいこんとひじきのいために
タルタルソース
ししゃもフライ
かぼちゃのみそじる

ごはん

16

牛乳
ぎゅうにゅう

は歯によい献立
きんぴらごぼう
なっとう
ごはん
うちこみじる

17

牛乳
ぎゅうにゅう

ポテトのチーズに
りんごジャム
ソーセージのキャベツにこみ
キャロットパン

ごはん

おやこに

18

牛乳
ぎゅうにゅう

キャベツとこまつなのじゃこいため
アセロラゼリー
ごはん
おやこに

19

牛乳
ぎゅうにゅう

食育の日 和食献立
さかなのたつたあげ
さつまいものみそじる

ごはん

20

牛乳
ぎゅうにゅう

かくチーズ
ミートポテト
パン
ベーコンいりとうにゅうスープ

ごはん

23

牛乳
ぎゅうにゅう

ポークシューマイ
はっぼうさい
ごはん
ホアンホワタン

24

牛乳
ぎゅうにゅう

野菜の日献立
あまなつかんとキャベツのあまずけ
いちごジャム
グリーンシチュー

ごはん

さつまじる

25

牛乳
ぎゅうにゅう

南九州市交流献立
さかなのかばやき
みかん
ごはん
さつまじる

26

牛乳
ぎゅうにゅう

ぶどうゼリー
アーモンドサラダ
ココアクリーム
パン
ポークビーンズ

ごはん

27

牛乳
ぎゅうにゅう

お楽しみ献立
ムース
ごはん
あいのしまさんわかめとピビンバふうどんぶりとうふのスープ

ごはん

30

牛乳
ぎゅうにゅう

キャベツとにんじんのごまあえ
さばのおかか
ごはん
ぶたじる

31

牛乳
ぎゅうにゅう

キャベツソテー
チキンのてりに
マーガリン
チーズクリームスープ

ごはん

10月のこんだて

毎月 19 日は 食育の日

知的(門司総合、小倉北、小倉南、小池、八幡特別支援学校) 普通食