

10月 予定給食献立表

志木市立志木中学校

箸・スプーンは給食室で準備したものを全校で使っています。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日																																																																																																																																																						
<p>2日 秩父わらじかつ丼</p> <p>① 小麦ごはん ② きゃべつ ③ わらじかつ(2枚)</p> <p>ポロッとレンジセラー 牛乳</p> <p>みそ汁</p> <p>805kcal 39.5g</p> <p>新人戦応援献立・開校記念日お祝い献立</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>きゃべつ</td> <td>精白米</td> <td>小麦粉</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td>寒天</td> <td>小松菜</td> <td>ごぼう</td> <td>上白糖</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>みかんジュース</td> <td>パン粉</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	きゃべつ	精白米	小麦粉	揚げ油	大豆	寒天	小松菜	ごぼう	上白糖	薄力粉	ごま油				みかんジュース	パン粉			<p>3日</p> <p>今年、遅れていて10月下旬から志木市産「宗岡コシヒカリ」の新米になります。</p> <p>「新人戦朝霞地区大会」のため、給食がありません。</p> <p>10日は目の愛護デー献立です</p> <p>10月は読書月間なので、いつもより多く「お話給食」を入れました。</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし			<p>4日</p> <p>十三夜</p> <p>10月は読書月間なので、いつもより多く「お話給食」を入れました。</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし			<p>5日</p> <p>梨</p> <p>元気もりもり たんぽこ汁</p> <p>ひつつのカレーライス</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし			<p>6日</p> <p>無限ごはん</p> <p>おりのみ</p> <p>むらこ汁</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし											
豚もも肉	牛乳	にんじん	きゃべつ	精白米	小麦粉	揚げ油																																																																																																																																																				
大豆	寒天	小松菜	ごぼう	上白糖	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																				
			みかんジュース	パン粉																																																																																																																																																						
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
<p>9日</p> <p>スポーツの日</p> <p>SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS</p>	<p>10日</p> <p>目の愛護デー献立・中間テスト</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし			<p>11日</p> <p>中間テスト</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし			<p>12日</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし			<p>13日</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし																																
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
<p>16日</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし			<p>17日</p> <p>1日遅れの世界食料デー献立</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし			<p>18日</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし			<p>19日</p> <p>食育の日献立</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし			<p>20日</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし		
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
<p>23日</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし			<p>24日</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし			<p>25日</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし			<p>26日</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし			<p>27日</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし		
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
<p>30日</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし			<p>31日</p> <p>お話給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生野菜</td> <td>米</td> <td>揚げ油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>たまねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なし</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油	大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油				きゅうり	三温糖					りんご						なし			<p><お知らせ></p> <p>※材料など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。</p> <p>※家庭科の学習する仲間分けに合わせて6群の記載になっています。</p> <p>表示の説明</p> <table border="1"> <tr> <td>上の段の数字</td> <td>エネルギー kcal</td> <td>→</td> </tr> <tr> <td>下の段の数字</td> <td>たんぱく質 g</td> <td>→</td> </tr> </table> <p>体をつくる</p> <table border="1"> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>無機質</td> <td>ビタミン</td> <td>炭水化物</td> <td>脂質</td> </tr> <tr> <td>1群</td> <td>2群</td> <td>3群</td> <td>4群</td> <td>5群</td> </tr> <tr> <td>肉魚卵豆</td> <td>牛乳小魚海藻</td> <td>緑黄色野菜</td> <td>野菜・果物</td> <td>米麦芋砂糖油脂</td> </tr> </table> <p>体の調子を整える</p> <p>熱や力になる</p>			上の段の数字	エネルギー kcal	→	下の段の数字	たんぱく質 g	→	たんぱく質	無機質	ビタミン	炭水化物	脂質	1群	2群	3群	4群	5群	肉魚卵豆	牛乳小魚海藻	緑黄色野菜	野菜・果物	米麦芋砂糖油脂	<p>今月の目標 世界の食料問題や、食品ロスを意識して食事しよう</p> <p>10月16日の世界食料デーは国連が定めた「世界の食料問題を考える日」です。その日をきっかけに、飢餓や食料問題について考え、解決に向けて一緒に行動する1か月です。地球上で生きるすべての人が誰ひとりとして取り残されることなく、今、そして数十年、数百年後の未来でも持続的に「みんなで食べるしあわせを」共有できる社会をめざしています。</p> <p>10月は「食品ロス削減月間」です。世界の食料問題や食品ロスについて家庭でも話題にしてみてください。</p>																																																																				
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
豚もも肉	牛乳	にんじん	生野菜	米	揚げ油																																																																																																																																																					
大豆			たまねぎ	薄力粉	ごま油																																																																																																																																																					
			きゅうり	三温糖																																																																																																																																																						
			りんご																																																																																																																																																							
			なし																																																																																																																																																							
上の段の数字	エネルギー kcal	→																																																																																																																																																								
下の段の数字	たんぱく質 g	→																																																																																																																																																								
たんぱく質	無機質	ビタミン	炭水化物	脂質																																																																																																																																																						
1群	2群	3群	4群	5群																																																																																																																																																						
肉魚卵豆	牛乳小魚海藻	緑黄色野菜	野菜・果物	米麦芋砂糖油脂																																																																																																																																																						