

10月の給食

10月14日（月）スポーツの日 給食はありません。

10月15日（火）

A 献立



B 献立



日付	選択	A 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	B 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	備考
15 (火)		いもくりご飯 揚げ出し豆腐 わかめのみそ汁 みかん	737	23.2	28.6	2.5	チーズロール くりとかぼちゃのグラタン ごまカレーマヨネーズあえ 鶏肉とレタスのスープ 巨峰	788	29.9	34.6	3.5	十三夜献立

10月16日（水）

A 献立



B 献立



日付	選択	A 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	B 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	備考
16 (水)		ご飯 鮭かまの塩焼き ゆかり和え 大豆の磯煮 八宝みそ汁 シャインマスカット	763	35.3	28.8	2.8	ミートサンド おさつ&フィッシュビーンズ コールスローサラダ チキンポトフ ミルクゼリー・梨ソース	792	31.6	35.2	2.6	世界食料デー 献立

10月17日（木）

A 献立



B 献立



日付	選択	A 献立	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩相当量	B 献立	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩相当量	備 考
			(Kcal)	(g)	(%)	(g)		(Kcal)	(g)	(%)	(g)	
17		麦ご飯 レバーの香り揚げ 浅漬け がんもの含め煮					はちみつパン 小松菜のクリームグラタン					
(木)		さつまいも汁 ごろごろみかんゼリー	823	33.3	24.7	2.5	ひじきのマリネ 野菜スープ みかん	794	27.8	30.5	3.5	

10月18日（金）

A 献立



B 献立



日付	選択	A 献立	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩相当量	B 献立	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩相当量	備 考
			(Kcal)	(g)	(%)	(g)		(Kcal)	(g)	(%)	(g)	
18		黒米ご飯 みぞれ汁	鯖の辛子揚げ りんご	和風みそサラダ			テーブルロール 鶏肉のみそケチャップ焼き 海藻の梅風味サラダ じゃがいものごまがらめ 大根のコンソメスープ ルツツ					船橋の食材を 食べる日 大根
(金)			799	33.9	32.7	2.8		766	32.9	38.4	3.3	