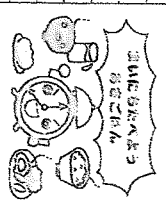
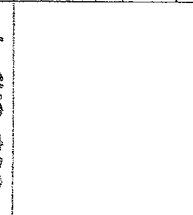
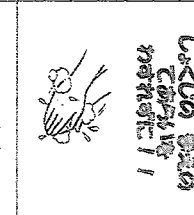
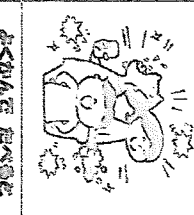
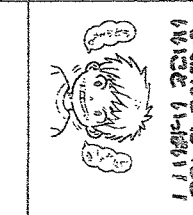
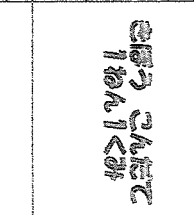
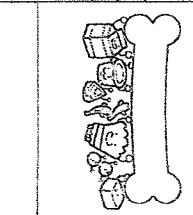
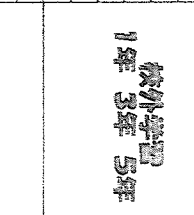
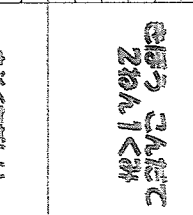
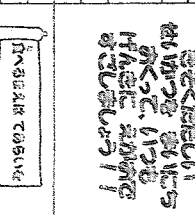
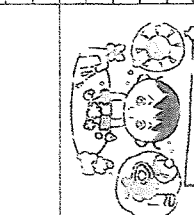



10月 献立予定表

2021年 甲斐市立竜王西小学校

ひ （年月）	牛 乳	主 食	デザート	献立のねらい		からだのちよしをどとのえる	ねらいのねらい	*E
				ちよくやほねにえる	ねつちからのもとにえる			
1 （金）	○	むぎごはん ①	どろろパンケーキ ② フロッキーと クインシーのいためもの ③ さつまいものみそ汁 ④ なし ⑤	きゅうにゅう	①	こめ むぎ	たまねぎ	
					②	パンこ さとう	たまねぎ	
					③	あぶらあげ	フロッキー キヤベツ パプリカ	
					④	さつまいも	こまつな ねぎ	
					⑤	なし	なし	
4 （月）	○	わかめ うどん ①	だいにんのさつぱりサラダ ② かくれんぼつシパン ③	きゅうにゅう	①	うどん	にんじん ねぎ しんじけ	
					②	さとう じゃあぶら	だいにん きゅうり にんじん	
					③	ホットケーキミックス あぶら	ブルーベリーシヤム	
					④			
					⑤			
5 （火）	○	むぎごはん （ぶりかけ） ①	さかぬのしそソテー ② つるシヤキあえ ③ やさいのみそしる ④ オレシヤ ⑤	きゅうにゅう	①	こめ むぎ ぶりかけ	しそソテー	
					②	さとう じゃあぶら	きゅうり にんじん	
					③	しらす	ねぎ にんじん だいにん	
					④	あぶらあげ	オレシヤ	
					⑤			
6 （水）	○	ツチアース トースト ①	やさいのヌスタートあえ ③ コーンとほろりんそりのヌスタート ④ クラッシュセリ ④	きゅうにゅう	①	ツチアース	たまねぎ	
					②	パン	パプリカ フロッキー キヤベツ	
					③	パース	ほろりんそり たまねぎ にんじん コーン	
					④		ちも パン あかん	
					⑤			
7 （木）	○	とりめし ①	アジのしおやき ② ひじきのにも ③ すましじる ④	きゅうにゅう	①	とりめし	にんじん しんじけ	
					②	アジ	ねぎ しんじけ	
					③	あぶらあげ ひじき	にんじん	
					④	わかめ	ねぎ しんじけ	
					⑤			
8 （金）	○	むぎごはん ①	カレー ② フライギょうざ ③ マヨネツサラダ ④ かぼちゃプリン ⑤	きゅうにゅう	①	こめ むぎ	たまねぎ にんじん にんにく	
					②	あぶら	じゃがいも	
					③	あぶら	じゃあぶらマヨネース	
					④	パン	ちやし ほろりんそり ちやし にんじん きゅうり	
					⑤			
11 （月）	○	ハニー トースト ①	じゃがいものナポリ風 ② ソーセージヌスタート ③ ヨーグルトパンチ ④	きゅうにゅう	①	ハニー トースト	しめじ たまねぎ パプリカ	
					②	ソーセージ	キヤベツ フロッキー コーン にんじん	
					③	クインシー	ちも パン あかん ナチココ	
					④	ヨーグルト		
					⑤	たまご		
12 （火）	○	げんまいいり ごはん ①	てつくりだてメソチ ② だいにんとホタテのサラダ ③ コーンわかめヌスタート ④	きゅうにゅう	①	こめ げんまい	キヤベツ たまねぎ にんにく しよらが	
					②	あぶら	だいにん にんじん きゅうり	
					③	ホタテ	にんじん	
					④	わかめ	にんじん コーン	
					⑤			
13 （水）	○	ココア あげパン ①	ツチアース ② ミネストローネ ③ れいとうパン ④	きゅうにゅう	①	ココア	キヤベツ きゅうり にんじん	
					②	ツチアース	たまねぎ にんじん キヤベツ トマト	
					③	ミネストローネ		
					④	れいとうパン		
					⑤			
14 （木）	○	むぎごはん ①	はるまき ② ソーホとろろ ③ ちゅうかサラダ ④ ココロまんてん大豆 ⑤	きゅうにゅう	①	こめ むぎ		
					②	あぶら		
					③	じゃあぶら	ねぎ にんじん しんじけ	
					④	じゃあぶら	だいにん にんじん たまねぎ	
					⑤	ココロまんてん大豆	キヤベツ こまつな にんじん きゅうり	
15 （金）	○	にくとん （ごはん） ①	にくとん（牛） ② わかめとキヤベツのサラダ ③ なめこのみそしる ④ ブルーベリーセリ ⑤	きゅうにゅう	①	こめ むぎ	しいたけ にんじん たまねぎ	
					②	あぶら	キヤベツ ちやし はるまき	
					③	わかめ	なめこ ねぎ	
					④	ブルーベリーセリ		
					⑤			
18 （月）	○	ホニヨの ラーメン ①	しょうゆのしょうゆ ② やさしいため ② バナナマロン ③	きゅうにゅう	①	しょうゆ	コーン ほろりんそり ねぎ	
					②	たまご	にんじん キヤベツ	
					③	バナナ	たまねぎ	
					④			
					⑤			

※献立に都合により献立が変更される場合があります。

10月献立予定表

2021年 甲斐市立竜王西小学校

ひ ま り	牛 乳	主 食	副 食	ちやんとお楽しみになる お金の献立	ねつちからのもちこになる お金の献立	からだのちよしをこころえる お金の献立	★
(火)	○	サンショの シーフード チャーハン ①	① ハーフチキン ② やさいのポタージュ ③ りんご ④	① きゅうりにゅう ② エビチリ ③ じゃがいも ④ きゅうりにゅう	① パター ごめ せき ② オリーブオイル ③ じゃがいも ④	① コーン たまねぎ にんじん ② シモンカじゅう ③ かぼちゃ たまねぎ ほろりんそう ④ りんご	「ONE PIECE 〜ワッペ〜」
20	○	パンどろぼう ①	① シーサーサラダ ② ② にくだんごヌーゾ ③ ③ ヨーグルト ④	① きゅうりにゅう④ヨーグルト ②	① じゃがいも ② じゃがいも ③ じゃがいも ④	① キヤベツ コーン パプリカ ② フロツコリ ③ キヤベツ はくさい ねぎ にんじん ④ しいたけ	「パンどろぼう」
21	○	ひみつのかしら ①	① ひみつのかしら ② まめいりミックスサラダ ③ はちみつレモンゼリー ④	① きゅうりにゅう ② ③ たにくと サラミ ④ ツチエだまめ	① じゃがいも ② じゃがいも ③ じゃがいも ④	① にんじん たまねぎ にんにく しょうが ② すりおろし ③ キヤベツ きゅうり にんじん ④ レモンかじゅう	「ひみつのかしら」
22	○	ぜんぶのせ ①	① はいか/パン ② ② やさいのソテー ③ ③ やさいといたかまほこのサラダ ④ ぶどうがミ ⑤	① きゅうりにゅう ② ベーコン チーズ ③ ナマケウリ ④ カマぼこ ⑤	① じゃがいも ② じゃがいも ③ じゃがいも ④	① フロツコリ キヤベツ きゅうり ② ⑤おかん オレンジジュース ③	「ぜんぶのせ 〜みんな〜」
25	○	そばろパン ①	① ② ③	① ② ③	① ② ③	① たまねぎ ワッピクルム にんにく ② キヤベツ きゅうり にんじん たまねぎ ③ しめじ たまねぎ えのきだけ ④ にんじん こまつな	「そばろパン」
26	○	やさしいおこわ ①	① ② ③	① ② ③	① ② ③	① ② ③	
27	○	① ②	① ② ③	① ② ③	① ② ③	① ② ③	
28	○	① ②	① ② ③	① ② ③	① ② ③	① ② ③	
29	○	① ②	① ② ③	① ② ③	① ② ③	① ② ③	