

学校給食予定献立表

令和8年度10月

(中学校・通常給食)
福生市学校給食センター

日 曜	牛乳	献立名	主 な 材 料 と そ の 働 き			エネルギー (kcal)	たんばく質 (g)	献立メモ
			おもに体をつくるものになる	おもに体の調子を整える	おもにエネルギーのものになる			
1 木	東京牛乳	ご飯 豚汁 さばの塩焼き 小松菜のおひたし (糸削り節)	ぎゅうにゅう、ぶたにく、みそ さば、あぶらあげ、かつおぶし	しょうが、ごぼう、にんじん だいこん、こんにやく、ながねぎ はくさい、えのきたけ、こまつな	こめ、あぶら、じゃがいも	767	29.9	1日(木)【都民の日】 【地場野菜の日】 東京牛乳と東京(江戸)が発祥の 小松菜を使用します。 
2 金	○	じゃこ入りわかめご飯 すまし汁 いわしハンバーグ じゃが芋のうま煮	わかめ、ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう、とうふ、かまぼこ いわし、ぶたにく、みそ、たまご とうにゅう	だいこん、こまつな、しょうが たまねぎ、にんじん、えだまめ	こめ、あぶら、パンこ、ごま、さとう でんぶん、じゃがいも	765	33.2	2日(金)【いわしの日(4日)】 1(い)0(わ)4(し)でいわしの日 です。いわしの油には、体を元氣 にしたり頭の働きを良くする 「EPA」や「DHA」が含まれていま す。しらすやちりめん じゃこもいわしです。 
5 月	○	ご飯 豆乳ごま担々風スープ 豚肉の生姜炒め りんご	ぎゅうにゅう、とり、くだいず とうふ、とうにゅう、ぶたにく	にんにく、にんじん、えのきたけ はくさい、チンゲンサイ、しょうが たまねぎ、きりぼしだいこん りんご	こめ、あぶら、ごまあぶら はるさめ、ごま、さとう、でんぶん	780	36.4	9日(金) 【目の愛護デー(10日)】 目の健康を保つビタミンAが豊富 なにんじんのサラダと、目の疲れ を防ぐ「アントシアニン」を含むブ ルーベリーのゼリーを提供しま す。 10月10日は 目の愛護デー 
6 火	○	ご飯 すき焼き風煮 卵焼き★ 大根ときゅうりのサラダ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ たまご、わかめ	ほししいたけ、はくさい、しらたき ながねぎ、だいこん、コーン きゅうり	こめ、あぶら、さとう	754	35.7	14日(水) 【世界食料デー(16日)】 世界の食料問題を考える日で す。葉や皮も使用したかぶやにん じんのポトフを作ります。手作り いちごソースは、パンにつけて食 べても良いですし、牛乳を少しず つ加えて混ぜるとプルプルとした いちごミルクジュレになります。ぜ ひ残さず食べてください。 
7 水	○	きなこ揚げパン ミネストローネ マカロニサラダ	きなこ、ぎゅうにゅう、ベーコン レンズまめ、ハム	にんにく、セロリー、たまねぎ にんじん、トマト、パセリ、コーン きゅうり	ミルクパン、あぶら、さとう じゃがいも、マカロニ ノンエッグマヨネーズ	794	27.5	19日(月)【食育の日】 兵庫県の料理 兵庫県丹波地域では黒豆作り が、播磨地方ではそうめん作りが 盛んです。「ばち」とはそうめんを 作る時に切り落とされる端の部分 です。給食では兵庫県にちなんだ 黒豆と一緒に炊き込んだ黒豆ご 飯と「ばち」を使った汁物を作ります。 
8 木	○	ご飯 じゃが芋と玉ねぎのみそ汁 さんまの蒲焼き キャベツとえのきののり和え (刻みのり)	ぎゅうにゅう、あぶらあげ、とうふ みそ、わかめ、さんま、のり	たまねぎ、しょうが、キャベツ えのきたけ、こまつな、ほうれんそう	こめ、あぶら、じゃがいも でんぶん、さとう	781	26.8	23日(金)【十三夜】 十三夜は十五夜の次にきれいな 月が出るといわれています。秋の 実りに感謝して栗や豆をお供えす ることから「栗名月」「豆名月」と 呼ばれます。給食では栗と枝豆を 使った十三夜ご飯と 月見団子を 作ります。 
9 金	○	ターメリックライスのクリームソースがけ にんじんサラダ ブルーベリーゼリー★	とり、レンズまめ ぎゅうにゅう、スキムミルク、いか ほたて、チーズ、なまクリーム まぐろフレーク	たまねぎ、エリンギ、パセリ にんじん、キャベツ、きゅうり	こめ、あぶら、じゃがいも こむぎこ、バター、さとう ブルーベリーゼリー	826	35.1	30日(金)【ハロウィン(31日)】 ハロウィンにちなんだかぼちゃ スープを作ります。 
13 火	○	ご飯 さつまいも さわらのオーロラソースがけ 白菜の和え物	ぎゅうにゅう、とり、にんじん あぶらあげ、みそ、さわら	しょうが、ごぼう、たまねぎ にんじん、ながねぎ、にんにく はくさい、ほうれんそう	こめ、あぶら、さつまいも こむぎこ、オリーブあぶら ノンエッグマヨネーズ、さとう でんぶん、ごま、こまあぶら	788	33.2	8日(土) 【世界食料デー(16日)】 世界の食料問題を考える日で す。葉や皮も使用したかぶやにん じんのポトフを作ります。手作り いちごソースは、パンにつけて食 べても良いですし、牛乳を少しず つ加えて混ぜるとプルプルとした いちごミルクジュレになります。ぜ ひ残さず食べてください。 
14 水	○	ココアパン 手作りいちごソース 皮つぎ野菜のポトフ 白身魚の香草パン粉焼き	ぎゅうにゅう、ぶたにく レンズまめ、ウインナー メルルーサ、チーズ	いちご、レモン、にんにく セロリー、たまねぎ、にんじん キャベツ、かぶ(ね)、かぶ(は)	ココアパン、さとう、いちごジャム あぶら、じゃがいも オリーブあぶら、パンこ	777	37.6	11日(土) 【世界食料デー(16日)】 世界の食料問題を考える日で す。葉や皮も使用したかぶやにん じんのポトフを作ります。手作り いちごソースは、パンにつけて食 べても良いですし、牛乳を少しず つ加えて混ぜるとプルプルとした いちごミルクジュレになります。ぜ ひ残さず食べてください。 
15 木	○	ご飯 チンゲンサイと豆腐の卵スープ チキンチキンごぼう フルーツ杏仁豆腐	ぎゅうにゅう、くだいず こんにやく、かんてん、とうふ たまご、とり、にんじん	しょうが、たまねぎ、チンゲンサイ ながねぎ、ごぼう、レモン パインアップル、もも	こめ、あぶら、でんぶん、さとう ごま、あん、にんどう	769	30.3	19日(月)【食育の日】 兵庫県の料理 兵庫県丹波地域では黒豆作り が、播磨地方ではそうめん作りが 盛んです。「ばち」とはそうめんを 作る時に切り落とされる端の部分 です。給食では兵庫県にちなんだ 黒豆と一緒に炊き込んだ黒豆ご 飯と「ばち」を使った汁物を作ります。 
16 金	○	ご飯 麻婆厚揚げ 春雨サラダ みかん★	ぎゅうにゅう、ぶたにく、くだいず みそ、なまあげ	しょうが、にんにく、ながねぎ たけのこ、ほししいたけ、にんじん もやし、しら、みかん	こめ、あぶら、さとう、でんぶん ごまあぶら、はるさめ	808	33.2	23日(金)【十三夜】 十三夜は十五夜の次にきれいな 月が出るといわれています。秋の 実りに感謝して栗や豆をお供えす ることから「栗名月」「豆名月」と 呼ばれます。給食では栗と枝豆を 使った十三夜ご飯と 月見団子を 作ります。 
19 月	○	黒豆ご飯(兵庫県の料理) ばち汁(兵庫県の料理) 鶏天 じゃこサラダ	くろまめ、ぎゅうにゅう、ぶたにく あぶらあげ、とり、にんじん ちりめんじゃこ	ほししいたけ、にんじん、たまねぎ ながねぎ、しょうが、だいこん こまつな	こめ、あぶら、ばち(ふしめん) こむぎこ、さとう	755	36.6	8日(土) 【世界食料デー(16日)】 世界の食料問題を考える日で す。葉や皮も使用したかぶやにん じんのポトフを作ります。手作り いちごソースは、パンにつけて食 べても良いですし、牛乳を少しず つ加えて混ぜるとプルプルとした いちごミルクジュレになります。ぜ ひ残さず食べてください。 
20 火	○	秋野菜のカレーライス キャベツとコーンのサラダ ぶどうゼリー★	ぶたにく、ぶたレバー、くだいず レンズまめ、ぎゅうにゅう	にんにく、しょうが、たまねぎ れんこん、ぶなしめじ、りんご かぼちゃ、にんじん、キャベツ コーン、こまつな	こめ、むぎ、あぶら、こむぎこ オリーブあぶら、さとう ぶどうゼリー	848	29.8	11日(土) 【世界食料デー(16日)】 世界の食料問題を考える日で す。葉や皮も使用したかぶやにん じんのポトフを作ります。手作り いちごソースは、パンにつけて食 べても良いですし、牛乳を少しず つ加えて混ぜるとプルプルとした いちごミルクジュレになります。ぜ ひ残さず食べてください。 
21 水	ス	ジャージャー麺 きゅうりともやしの塩昆布和え 大学芋	ぶたにく、くだいず、みそ のむヨーグルト(ストロベリー) しおこんぶ	にんにく、しょうが、ながねぎ たけのこ、にんじん、たまねぎ ほししいたけ、もやし、きゅうり	むしちゅうかめん、あぶら、さとう でんぶん、ごまあぶら、さつまいも みずあめ	775	24.6	19日(月)【食育の日】 兵庫県の料理 兵庫県丹波地域では黒豆作り が、播磨地方ではそうめん作りが 盛んです。「ばち」とはそうめんを 作る時に切り落とされる端の部分 です。給食では兵庫県にちなんだ 黒豆と一緒に炊き込んだ黒豆ご 飯と「ばち」を使った汁物を作ります。 
22 木	○	ご飯 肉じゃが ちくわの磯辺焼き(2本) 糸寒天のサラダ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、ちくわ あおのり、こんにやく、かんてん	しょうが、たまねぎ、にんじん しらたき、グリーンピース、キャベツ コーン、こまつな	こめ、あぶら、さとう、じゃがいも ノンエッグマヨネーズ ごまあぶら	767	29.7	23日(金)【十三夜】 十三夜は十五夜の次にきれいな 月が出るといわれています。秋の 実りに感謝して栗や豆をお供えす ることから「栗名月」「豆名月」と 呼ばれます。給食では栗と枝豆を 使った十三夜ご飯と 月見団子を 作ります。 
23 金	○	十三夜ご飯 けんちん汁 さけのバターじょうゆ焼き 月見団子	ぎゅうにゅう、なまあげ、かまぼこ さけ、あずき	えだまめ、ごぼう、ほししいたけ にんじん、だいこん、ながねぎ	こめ、くりあぶら、ごまあぶら さいとも、こむぎこ、さとう バター、でんぶん、しらたまもち	797	34.2	11日(土) 【世界食料デー(16日)】 世界の食料問題を考える日で す。葉や皮も使用したかぶやにん じんのポトフを作ります。手作り いちごソースは、パンにつけて食 べても良いですし、牛乳を少しず つ加えて混ぜるとプルプルとした いちごミルクジュレになります。ぜ ひ残さず食べてください。 
26 月	ヨ	ご飯 キムチスープ ジャンボきょうざ きゅうりの中華漬け	のむヨーグルト、ぶたにく、とうふ みそ、おから	にんにく、しょうが、だいこん えのきたけ、はくさい、キムチ ながねぎ、にんじん、たまねぎ キャベツ、きゅうり	こめ、あぶら、ごまあぶら でんぶん、きょうざのかわ こむぎこ、さとう、ごま	780	26.1	23日(金)【十三夜】 十三夜は十五夜の次にきれいな 月が出るといわれています。秋の 実りに感謝して栗や豆をお供えす ることから「栗名月」「豆名月」と 呼ばれます。給食では栗と枝豆を 使った十三夜ご飯と 月見団子を 作ります。 
27 火	○	ご飯 かきたま汁 かじきのさざれ焼き れんこんしらたきのピリ辛炒め	ぎゅうにゅう こんにやく、かんてん、とうふ たまご、わかめ、あぶらあげ かじき、ぶたにく	にんじん、たまねぎ、えのきたけ パセリ、しょうが、にんにく ながねぎ、れんこん、しらたき えだまめ、ほうれんそう	こめ、あぶら、でんぶん ノンエッグマヨネーズ、パンこ さとう、ごまあぶら	768	35.5	30日(金)【ハロウィン(31日)】 ハロウィンにちなんだかぼちゃ スープを作ります。 
28 水	○	スパゲッティミートソース マセドアンサラダ りんごヨーグルト★	ぶたにく、くだいず、チーズ ぎゅうにゅう、まぐろフレーク ヨーグルト(りんご)	にんにく、しょうが、セロリー たまねぎ、にんじん、トマト きゅうり	スパゲッティ、あぶら、さとう じゃがいも、オリーブあぶら	809	33.7	30日(金)【ハロウィン(31日)】 ハロウィンにちなんだかぼちゃ スープを作ります。 
29 木	○	高野豆腐の卵とじ丼 ごま和え みかん★	ぶたにく、さつまいも、ごま ごま和え、たまご ぎゅうにゅう	ほししいたけ、にんじん、たまねぎ えだまめ、もやし、こまつな みかん	こめ、むぎ、あぶら、さとう、ごま	814	37.5	30日(金)【ハロウィン(31日)】 ハロウィンにちなんだかぼちゃ スープを作ります。 
30 金	○	エビピラフ かぼちゃスープ ハニーマスタードチキン ミックスゼリーボンチ	えび、ぎゅうにゅう、スキムミルク なまクリーム、とり、にんじん	たまねぎ、にんじん、パセリ かぼちゃ、パインアップル、レモン	こめ、バター、あぶら、はちみつ カットゼリー(きょうぼろ) カットゼリー(みかん)、さとう	806	35.3	30日(金)【ハロウィン(31日)】 ハロウィンにちなんだかぼちゃ スープを作ります。 
給食回数			21 回					
※ 材料の都合により献立を変更することがあります。			基準栄養量			830	34.2	《問合せ先》 福生市学校給食センター (電話) 042-551-8351

○給食の実施日は学校によって異なります。★：片付けの時にビニール袋を使う料理です。◆：放送原稿「いただきます」の発行日です。

○給食内容や食物アレルギー等について不明な点がありましたら、学校給食センターまでお問い合わせください。

○牛乳欄の「ス」は飲むヨーグルト(ストロベリー)、「ヨ」は飲むヨーグルト(180ml)です。

学校給食予定献立表

(中学校・食物アレルギー対応給食)

福生市学校給食センター

令和8年度10月

日	曜	豆乳	献立名	主 な 材 料 と そ の 働 き			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	献立メモ
				おもに体をつくるものとなる	おもに体の調子を整える	おもにエネルギーのもととなる			
1	木	○	ご飯 豚汁 さばの塩焼き 小松菜のおひたし	だいずいんりょう、ぶたにく、みそ さば、あぶらあげ、かつおぶし	しょうが、ごぼう、にんじん だいこん、こんにやく、ながねぎ はくさい、えのきたけ、こまつな	こめ、じゃがいも、あぶら	775	30.1	1日(木)【都民の日】 【地場野菜の日】 東京(江戸)が発祥の 小松菜を 使用します。 
2	金	○	じゃこ入りわかめご飯 すまし汁 いわしハンバーグ じゃが芋のうま煮	わかめ、ちりめんじゃこ だいずいんりょう、とうふ かまぼこ、いわし、ぶたにく、みそ とうにゅう	だいこん、こまつな、しょうが たまねぎ、にんじん、えだまめ	こめ、あぶら、コーンフレーク こま、さとう、でんぶん じゃがいも	826	35.4	2日(金)【いわしの日(4日)】 1(い)0(わ)4(し)でいわしの日 です。いわしの油には、体を元氣 にしたり頭の働きを良くする 「EPA」や「DHA」が含まれていま す。しらすやちりめん じゃこもいわしです。 
5	月	○	ご飯 豆乳ごま担々風スープ 豚肉の生姜炒め りんご	だいずいんりょう、とりにく だいず、とうふ、とうにゅう ぶたにく	にんにく、にんじん、えのきたけ はくさい、チンゲンサイ、しょうが たまねぎ、きりぼしだいこん りんご	こめ、ごまあぶら、はるさめ、こま さとう、でんぶん	778	36.0	
6	火	○	ご飯 すき焼き風煮 カップコロッケ 大根ときゅうりのサラダ	だいずいんりょう、ぶたにく とうふ、とうにゅう、わかめ	ほしいたけ、はくさいしらたき ながねぎ、たまねぎ、だいこん コーン、きゅうり	こめ、あぶら、さとう、じゃがいも コーンフレーク	783	33.2	
7	水	○	きなこ揚げパン ミネストローネ 米粉マカロニサラダ	きなこ、だいずいんりょう ベーコン、レンズまめ、ハム	にんにく、セロリ、たまねぎ にんじん、トマト、パセリ、コーン きゅうり	こめ、パン、あぶら、さとう じゃがいも、こめ、マカロニ ノンエッグマヨネーズ	884	22.1	
8	木	○	ご飯 じゃが芋と玉ねぎのみそ汁 さんまの蒲焼き キャベツとえのきののり和え	だいずいんりょう、あぶらあげ とうふ、みそ、わかめ さんま、のり	たまねぎ、しょうが、キャベツ えのきたけ、こまつな、ほうれんそう	こめ、じゃがいも、でんぶん あぶら、さとう	793	26.3	9日(金) 【目の愛護デー(10日)】 目の健康を保つビタミンAが豊富 なにんじんのサラダと、目の疲れ を防ぐ「アントシアニン」を含むブ ルーベリーのゼリーを提供しま す。 10月10日は 目の愛護デー 
9	金	○	ターメリックライスの豆乳クリームソー スけし にんじんサラダ ブルーベリーゼリー	とりにく、レンズまめ、とうにゅう いか、ほたて、だいずいんりょう まぐろフレーク	たまねぎ、エリンギ、パセリ にんじん、キャベツ、きゅうり	こめ、あぶら、じゃがいも、こめ さとう、ブルーベリーゼリー	784	31.7	
13	火	○	ご飯 さつま汁 さわらのオーロラソースがけ 白菜の和え物	だいずいんりょう、とりにく あぶらあげ、みそ、さわら	しょうが、ごぼう、たまねぎ にんじん、ながねぎ、にんにく はくさい、ほうれんそう	こめ、あぶら、さつま、こめ オリブあぶら ノンエッグマヨネーズ、さとう でんぶん、こま、ごまあぶら	790	32.7	
14	水	○	米粉丸パン 手作りいちごソース 皮つき野菜のポトフ 白身魚の香草焼き	だいずいんりょう、ぶたにく レンズまめ、ウインナー メルルーサ	いちご、レモン、にんにく セロリ、たまねぎ、にんじん キャベツ、かぶ(ね)、かぶ(は)	こめ、パン、さとう、いちごジャム あぶら、じゃがいも オリブあぶら、コーンフレーク	873	32.6	14日(水) 【世界食料デー(16日)】 世界の食料問題を考える日で す。葉や皮も使用したかぶやにん じんのポトフを作ります。手作り いちごソースは、パンにつけて食 べても良いですし、豆乳を少しず つ加えて混ぜるとブルブルとした いちごジュレになります。ぜひ残 さず食べてください。 8月10日は 世界食料デー 
15	木	○	ご飯 チンゲンサイと豆腐のスープ チキンチキンごぼう フルーツ杏仁豆腐	だいずいんりょう、だいず こんにやく、かんてん、とうふ とりにく、かんてん、とうにゅう	しょうが、たまねぎ、コーン チンゲンサイ、ながねぎ、ごぼう りんご、もも、ようなし	こめ、あぶら、でんぶん、さとう ごま	819	31.7	
16	金	○	ご飯 麻婆厚揚げ 春雨サラダ みかん	だいずいんりょう、ぶたにく だいず、みそ、なまあげ	しょうが、にんにく、ながねぎ たけのこ、ほしいたけ、にんじん もやし、しら、みかん	こめ、あぶら、さとう、でんぶん ごまあぶら、はるさめ	801	32.6	
19	月	○	黒豆ご飯(兵庫県の料理) 豚肉と米粉めんのスープ 鶏天 じゃこサラダ	くろまめ、だいずいんりょう ぶたにく、あぶらあげ、とりにく ちりめんじゃこ	ほしいたけ、にんじん、たまねぎ ながねぎ、しょうが、だいこん こまつな	こめ フォー(こめこのひらうちめん) でんぶん、あぶら、さとう	765	34.9	
20	火	○	秋野菜のカレーライス キャベツとコーンのサラダ ぶどうゼリー	ぶたにく、ぶたレバー、だいず レンズまめ、だいずいんりょう ぶどうゼリー	にんにく、しょうが、たまねぎ れんこん、ぶなしめじ、りんご かぼちゃ、にんじん、キャベツ コーン、こまつな	こめ、むぎ、あぶら、こめ オリブあぶら、さとう ぶどうゼリー	859	29.1	
21	水	い	ジャンジャー麺 きゅうりともやしの昆布和え 大学芋	ぶたにく、だいず、みそ だいずいんりょう(いちご) こんぶ	にんにく、しょうが、たけのこ にんじん、たまねぎ、ほしいたけ もやし、きゅうり、ながねぎ	ちゅうかめん(こめこ)、あぶら さとう、でんぶん、ごまあぶら さつま、みずあめ	881	24.7	
22	木	○	ご飯 肉じゃが ちくわの磯辺焼き(2本) 糸寒天のサラダ	だいずいんりょう、ぶたにく ちくわ、あおのり こんにやく、かんてん	しょうが、たまねぎ、にんじん しらたき、グリーンピース、キャベツ コーン、こまつな	こめ、じゃがいも、さとう ノンエッグマヨネーズ ごまあぶら	786	29.4	
23	金	○	十三夜ご飯 けんちん汁 さけの和風ムニエル 月見団子	だいずいんりょう、なまあげ かまぼこ、さけ、あずき	えだまめ、ごぼう、ほしいたけ にんじん、だいこん、ながねぎ	こめ、くり、ごまあぶら、さとう あぶら、こめ、さとう とうにゅう、クリームゆ、でんぶん しらたまもち	796	33.9	
26	月	コ	ご飯 キムチスープ ジャンボきょうざ きゅうりの中華漬け	だいずいんりょう(ココア) ぶたにく、とうふ、みそ、おから	にんにく、しょうが、だいこん えのきたけ、はくさい、キムチ ながねぎ、しらたまねぎ キャベツ、きゅうり	こめ、ごまあぶら、でんぶん あぶら、ライスベーパー、こめ さとう、ごま	786	24.1	
27	火	○	ご飯 鶏肉と豆腐のすまし汁 かじきのさざれ焼き れんこんしらたきのピリ辛炒め	だいずいんりょう、とりにく とうふ、わかめ、あぶらあげ かじき、ぶたにく	にんじん、たまねぎ、えのきたけ コーン、パセリ、しょうが にんにく、ながねぎ、れんこん しらたき、えだまめ、ほうれんそう	こめ、ノンエッグマヨネーズ コーンフレーク、さとう ごまあぶら	785	34.6	
28	水	○	スパゲッティミートソース マゼランサラダ 手作りヨーグルト風味ゼリー	ぶたにく、だいず だいずいんりょう まぐろフレーク、かんてん とうにゅう	にんにく、しょうが、セロリ たまねぎ、にんじん、トマト きゅうり、レモン りんご、もも、ようなし	げんまい、バスタマゼッティ あぶら、さとう、じゃがいも オリブあぶら	845	27.0	
29	木	○	鶏肉のあんかけ丼 ごま和え みかん	とりにく、さつまあげ、なまあげ だいずいんりょう	にんじん、たまねぎ、ほしいたけ コーン、もやし、こまつな、みかん	こめ、むぎ、さとう、でんぶん、ごま	763	35.0	
30	金	○	ハムピラフ かぼちゃスープ ハニーマスタードチキン ミックスゼリーポンチ	ハム、だいずいんりょう とうにゅう、とりにく	たまねぎ、にんじん、パセリ かぼちゃ、パインアップル、レモン	こめ、あぶら とうにゅう、クリームゆ、はちみつ カットゼリー(きょうほう) カットゼリー(みかん)、さとう	801	31.5	23日(金)【十三夜】 十三夜は十五夜の次にきれいな 月が出るといわれています。秋の 実りに感謝して栗や豆をお供えす ることから「栗名月」「豆名月」と 呼ばれます。給食では栗と枝豆を 使った十三夜ご飯と 月見団子を 作ります。 30日(金)【ハロウィン(31日)】 ハロウィンにちなんでかぼちゃ スープを作ります。 
給食回数				21 回					
※ 材料の都合により献立を変更することがあります。				基準栄養量			830	34.2	

●給食の実施日は学校によって異なります。○：大皿を出す料理です。◆：放送原稿「いただきます」の発行日です。

●給食内容や食物アレルギー等について不明な点がございましたら、学校給食センターまでお問い合わせください。

●豆乳欄の「い」はいちご豆乳、「コ」はココア豆乳です。

《問合せ先》

福生市学校給食センター

(電話) 042-551-8351