

2026年



10月こんだてひょう



Bコース

げつ		か		すい		もく 1日		きん 2日																	
一きゅうしょくもくひょう た もの はたら し 食べ物の働きを知って た 食べましょう						ごはんのサイズ表 (グラム数は精米量で表示) <table><tr><td></td><td>ごはん(小)</td><td>ごはん</td><td>ごはん(大)</td></tr><tr><td>1・2年生</td><td>50g</td><td></td><td>60g</td></tr><tr><td>3・4年生</td><td>70g</td><td>75g</td><td>80g</td></tr><tr><td>5・6年生</td><td>90g</td><td></td><td>100g</td></tr></table>					ごはん(小)	ごはん	ごはん(大)	1・2年生	50g		60g	3・4年生	70g	75g	80g	5・6年生	90g		100g
							ごはん(小)	ごはん	ごはん(大)																
						1・2年生	50g		60g																
3・4年生	70g	75g	80g																						
5・6年生	90g		100g																						
出典: 全国学校給食協会 月刊「学校給食」																									
5日		6日		7日		8日		9日																	
ぎゅうにゅう こまつなあえ ひじきつくだに ごはん ちくぜんに		ぎゅうにゅう さわらのレモンづけ こくとうパン むぎとやさいのスープ		たまねぎドレッシング ぎゅうにゅう かいそうサラダ チキンライス ごはん(小) クリームスープ		ぎゅうにゅう にびたし なめし(大) ごまに		ソース ぎゅうにゅう ポイルやさい パン カツオカツ ワンタンスープ																	
12日		13日		14日		15日		16日																	
スポーツの日		ぎゅうにゅう ホキのチリソース アーモンド パン オニオンスープ		ぎゅうにゅう だいずのコロコロに そぼろごはん きこのみそしる (ごはん)		マヨネーズタイプドレッシング ぎゅうにゅう ポテトサラダ ハヤシライス むぎごはん(大)		ぎゅうにゅう さつまいものてんぷら りんごジャム パン きびなごフライ にくだんごスープ																	
19日		20日		21日		22日		23日																	
ぎゅうにゅう だいずいりかきあげ ふりかけ (かつお) ごはん ばちじる		ぎゅうにゅう ビーフンいりやさいいため くろまめきなこクリーム パン カレーに		ぎゅうにゅう はるまき キムたくごはん ちゅうかスープ (ごはん小)		ぎゅうにゅう さわらのさらさあげ ごはん せんべいじる		ごまだレッシング ぎゅうにゅう だいこんサラダ マスカットゼリー パン かこがわパスタの だいずミートスパゲティ																	
26日		27日		28日		29日		30日																	
ぎゅうにゅう やさいのあまずに ごはん こうやどうふの ふくめに		ぎゅうにゅう やさいソテー パン あわじたまねぎ コロッケ マカロニスープ		れんこんきんぴら ぎゅうにゅう いわしのしょうがりに ごはん(小) みそしる		ぎゅうにゅう ふかしいも ふくじんづけ とりにくのすきやき ふうに ごはん(小)		ぎゅうにゅう みかん おうごんパン はっぱうさい																	