

10がつ よていこんだて

れいわ5ねん

とうきょうとりつ かつしかもう がっこう
 東京都立葛飾盲学校
 こうちやう いわした けいろう
 校長 岩下 桂郎

2 (げつ)	3 (か)	4 (すい)	5 (もく)	6 (きん)
ごはん さかなのからみそやき じゃがいもきんぴらふう キャベツのごまあえ えのきとやさいのすましじる 689Kcal	はいがコッペパン チキンバナソテー マセドアンポテトサラダ ABCスープ 683Kcal	ごはん えびいりたまごやき にくとやさいの あまからみそいため ちゅうかスープ 703Kcal	ごはん ぶたにくのしょうがやき きりぼしだいこんの じゃこあえ さといものりふうみ みそしる 713Kcal	ごはん あげさかなとなまあげの みそいため ちゅうかあえ わかめスープ (かつおだし) 654Kcal
9 (げつ)	10 (か)	11 (すい)	12 (もく)	13 (きん)
スポーツの白 (学校はお休みです)	ジョア (フルハリー) えびとツナのトマトクリーム スパゲッティ かぼちゃとキャベツのサラダ やさいスープ くだもの 665Kcal	郷土食: 群馬県 とうげのかまめしふうごはん かつのあまずづけ ざくに ぶどうかん 674Kcal	ごはん さかなのさいきょうやき ちぐさあえ いもにふうじる あきいろフルーツ汁 653Kcal	ごはん チキンカツ レインボードレッシングサラダ ごぼうとさつまいものあまから みそしる こうはくゼリーよせ 764Kcal
16 (げつ)	17 (か)	18 (すい)	19 (もく)	20 (きん)
運動会振替休業日 (学校はお休みです)	ミルクパン とりにくのトマトに ごぼうサラダ やさいスープ 683Kcal	小学部1年1組 お楽しみ給食 もりもり食べましょう メニュー (かみかみこんだても あるよ) 788Kcal	ごはん さかなのごまみそやき じゃがいものいためもの ひじきサラダ みそしる 714Kcal	食材体験: かき こまつナピラフ にんじんとかきのラペ やさいスープ かきのやわらかミルクプリン 656Kcal
23 (げつ)	24 (か)	25 (すい)	26 (もく)	27 (きん)
ごはん さかなのかおりに さつまいものあまに のりあえ さわにわん 690Kcal	中学部1年1組 お楽しみ給食 「食欲の秋」最強に 食べてほしいメニューを 集めてみました。 689Kcal	しおやきそば ちゅうかサラダ ちゅうかふうونسープ あんにんどうふ 684Kcal	ごはん なまあげのみそいため カリカリじゃこサラダ ごもくみそしる 700Kcal	さつまいもごはん さばのかおりやき きりこぶのいために えのきとあおなのあえもの みそしる 651Kcal
30 (げつ)	31 (か)	<形態食> ・ごはん→軟飯、またはかゆ ・麺類→軟麺 ・パン→カットパン、またはパンがゆ 普通食の食材を基本に、一部食材を 変更して調理します。		10月14日 (土) 運動会当日、 小学部、中学部は 給食があります。 【当日の献立】 ・シーフードカレーピラフ ・ツナブロッコリーサラダ ・大豆入りトマトスープ (かつおだし使用) ・フルーツヨーグルト ・牛乳 684kcal
ごはん とうふステーキそぼろあんかけ じゃがいものごまみそあえ おかかあえ みそしる 650Kcal	ミルクパン かぼちゃのコロッケ セビーチェ きのコスープ パンプキンカスタード 789Kcal			

- *ぎゅうにゅうは、ジョアのひいがいは、まいにちつきます。
- *エネルギーリょうは、ちゅうがくぶがきじゅんになっています。
- *こんだては、つごうによりへんこうすることがあります。

