

2025年10月1日(木)

- ★栗ごはん
- ★厚揚げのゆずみそがけ
- ★おかか和え
- ★お月見汁
- ★牛乳

十五夜献立

お月見汁には、月に見立てたかぼちゃの白玉をいれました



2025年10月2日(木)

- ★メープルトースト
- ★ナポリタンソテー
- ★たまごスープ
- ★りんご
- ★牛乳



2025年10月6日(月)

- ★ごはん
- ★フィッシュ&チップス
- ★ボイル野菜とミニトマト
- ★ABCスープ
- ★牛乳



2025年10月7日(火)

- ★発芽玄米ごはん
- ★巣ごもりたまご
- ★春雨の甘辛炒め
- ★ほうれんそうとじゃがいものみそ汁
- ★ぶどう
- ★牛乳



2025年10月8日(水)

- ★ごはん
- ★ポークジンジャー
- ★ポテトサラダ
- ★クリームスープ
- ★牛乳



2025年10月9日(木)

★丸パン

★信州サーモンの香草パン粉焼き

★くらかけ豆のサラダ

★ベーコンと白菜のスープ

★ババロアいちごソース

★牛乳

南北相木交流給食

地域食材を活用した献立
内容で、北相木小学校と
同じ日に共通の献立を味
わいました

地域の食材や郷土料理を味わうふるさと給食の日



南北相木交流給食

おとなり小海町の特産品、
くらかけ豆を使ったサウダ

南相木村みやむら農園
さんの夏いちごを使用



佐々穂町、八千穂漁業さんで
養殖されている信州サーモン

南相木村のたまねぎ、
白菜、にんじんを使用

信州サーモンの
香草パン粉焼き

いちごをピューしにし、
煮詰めでソースにしました



地域の食材や郷土料理を味わうふるさと給食の日

2025年10月10日(金)

- ★松茸ごはん
- ★豚肉と白菜の炒め煮
- ★即席漬け
- ★五目汁
- ★カリカリ小魚
- ★牛乳



村の松茸献立





村で収穫した松茸をいただき、
松茸ごはんにして、全校で味わいました



2025年10月14日(火)

- ★ビビンバ
- ★ユイミータン
- ★焼きプリンタルト
- ★牛乳



6年生の考えた献立

給食のこんだてを考えよう

6年生が家庭科の授業で、栄養を考えた1食分の献立づくりや調理について学習しました。そのひとつとして、一人一食、給食の献立を考えてもらいました。

給食のこんだてを考えよう



©東京ハイジ/南橋本村

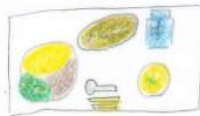
給食のテーマ

あき 秋と言ったら ぐふ 寒いから あた たかいこんだて

・こんだて内容

・ビビンバ
・ユイミータン
・焼きたプリンタルト
・牛乳

・イメージ (イラスト)



・こんだて紹介

今日のこんだては、あた たかいこんだてをテーマにしました。

ビビンバは 韓 国 の料理で たまご お肉 が入っています。そして 辛い 辛 味 が入っています。

ユイミータンは 中 華 風 のコンスープです。とうもろこしが入っているので 甘い 甘 味 が入っています。

そして 焼きたプリンタルトは 全校のおみなが大好きだと思ったから入れました。残さず、楽しんで食べてください。

ナギシが好きなYさんは、
ナギシを美味しく味わえる献立を
考えました



2025年10月15日(水)

- ★梅昆布ごはん
- ★禰豆子の竹ちくわ
- ★炭治郎の羽織和え
- ★さつまいものみそ汁
- ★牛乳



鬼滅の刃 給食

映画の公開を受け、鬼滅
の刃にちなんだ献立です

2025年10月16日(木)

- ★食パン
- ★大葉かおるハンバーグ
- ★とうふサラダ
- ★ミネストローネ風スープ
- ★牛乳



6年生の考えた献立

給食のこんだてを考えよう

6年生が家庭科の授業で、栄養を考えた1食分の献立づくりや調理について学習しました。そのひとつとして、一人一食、給食の献立を考えてもらいました。

給食のこんだてを考えよう

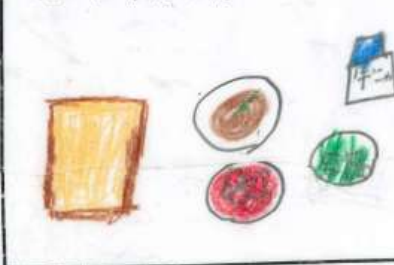


給食のテーマ みんながおいしくのこさない給食

・こんだて内容

しょくパン
大葉 かおるハンバーグ
とろサラダ
ミネストローネ風スープ
牛乳

・イメージ (イラスト)



・こんだて紹介

今日は全校のみなさんが大好きなこんだてに
しています。今日のこんだては、しょくパン、大葉か
おるハンバーグ、とろサラダ、ミネストローネ風
スープ、牛乳です。どれもおいしいです。みんな
のこさないで食べてください。これで、みんなが
おなかをいっぱいできます。

豆腐をやうやうにするのが難しかったので、揚げた凍り豆腐を使いました





2025年10月17日(金)

- ★発芽玄米ごはん
- ★ぶりの照焼き
- ★寒天和え
- ★秋野菜のみそ汁
- ★牛乳

2025年10月20日(月)

- ★ごはん
- ★凍り豆腐のたまごとじ
- ★ごまみそ和え
- ★いわしのつみれ汁
- ★牛乳



2025年10月21日(火)

- ★発芽玄米ごはん
- ★麻婆なす
- ★マヨネーズ和え
- ★わかめスープ
- ★牛乳



2025年10月22日(水)

- ★ごはん
- ★黒ムツのねぎみそ焼き
- ★茎わかめのきんぴら
- ★のっぺい汁
- ★牛乳



2025年10月23日(木)

- ★ゾンビ焼きそば
- ★サクサクミイラ
- ★もろこしサラダ
- ★かぼちゃのケーキ
- ★牛乳



2年生希望献立

『ハロウィン献立』

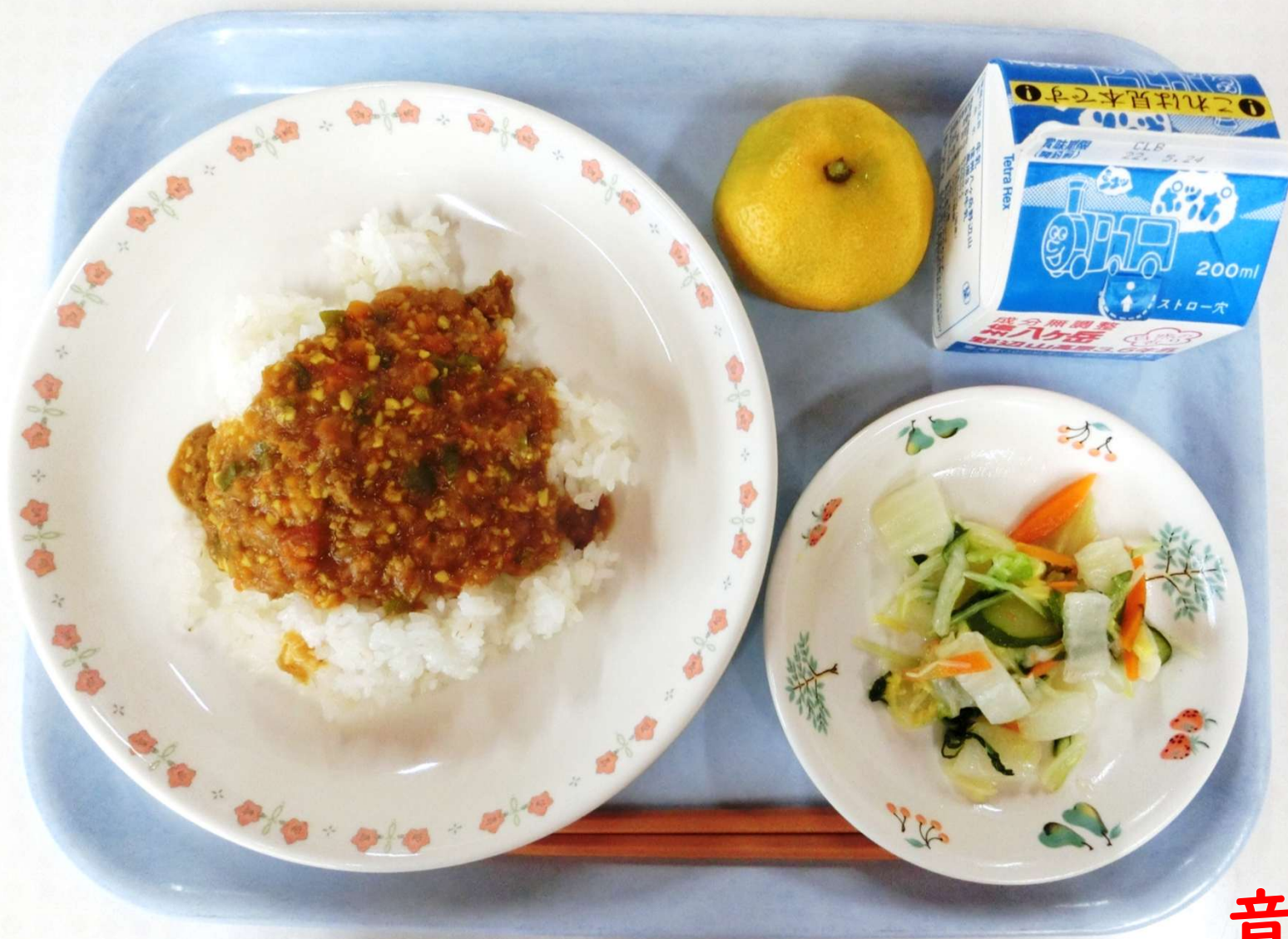




『ハロウィン献立』

2025年10月24日(金)

- ★ドライカレーライス
- ★レモン和え
- ★ミカン
- ★牛乳



音楽会ドレミ♪献立



2025年10月27日(月)

- ★ごはん
- ★しらすとねぎのたまご焼き
- ★根菜の煮物
- ★ふのみそ汁
- ★柿
- ★牛乳

2025年10月28日(火)

- ★ごはん
- ★海鮮豆腐
- ★焼きビーフン
- ★フルーツポンチ
- ★牛乳



2025年10月29日(水)

- ★発芽玄米ごはん
- ★鶏肉と根菜のみそ炒め
- ★ツナとわかめの和え物
- ★すまし汁
- ★牛乳



2025年10月30日(木)

- ★コッペパン
- ★ミイラウインナー
- ★ハロウィンサラダ
- ★かぼちゃスープ
- ★ケチャップ
- ★牛乳



6年生の考えた献立
(ハロウィン献立)

給食のこんだてを考えよう

6年生が家庭科の授業で、栄養を考えた1食分の献立づくりや調理について学習しました。そのひとつとして、一人一食、給食の献立を考えてもらいました。

給食のこんだてを考えよう

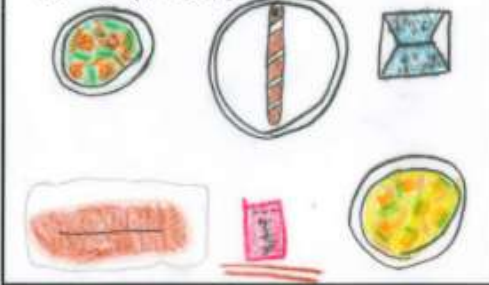


給食のテーマ ハロウィンこんだて

・こんだて内容

・コッペパン
・ミイラウィンナー
・ハロウィンサラダ
・カボチャスープ
・ケチャップ

・イメージ (イラスト)



・こんだて紹介

秋といえばハロウィンなのでこのこんだてもかんがえました。ハロウィンをイメージにミイラウィンナーやカボチャをつかいました。ミイラウィンナーをコッペパンにのせてケチャップをかけて食べてください。

スープには、村で収穫された
バターナッツ(かぼちゃ)
を使いました



2025年10月31日(金)

- ★ごはん
- ★大根のそぼろ煮
- ★青じそ和え
- ★のこのこ汁
- ★カリカリ小魚
- ★牛乳

