

月	火	水	木	金
2 いい歯の日献立 牛乳 いちごマーガリン ライ麦パン 豆腐のクリーム煮	3 文化の日	4 牛乳 キャベツのアーモンドソテー ムース ワンタンスープ	5 カミカミ献立 さつまいものからめ和え 牛乳 ご飯にのせます きざみのり チンゲンサイのスープ	6 牛乳 みかん 鮭の塩焼き 具だくさんみそ汁
9 ワールドツアー2026 (ベトナム) 牛乳 かぼちゃプリン ベトナム風サンドイッチ(コッペパン) 鶏肉とはるさめのスープ	10 牛乳 ヨーグルトサラダ ツナオムレツ きのこカレーライス(麦ご飯) ご飯にかけます	11 お楽しみ献立 牛乳 2個ずつ さつまいもと栗のタルト 米粉シューマイ 減量ご飯 みそラーメン	12 牛乳 中濃ソース あじフライ りんご かきたま汁	13 中学生レシピコンクール献立 牛乳 ご飯にのせます しらすねぎ入り厚焼卵 キャベたけエネルギーチャージ丼 さといものみそ汁
16 牛乳 お魚ふりかけ チキンのマスタード焼き ご飯 ブロッコリーのチャウダー	17 野菜の日献立 牛乳 2個ずつ 焼きギョーザ ハ宝菜 ご飯	18 牛乳 大豆ふりかけ キャベツのじゃこ炒め 和風カレーうどん 減量ご飯	19 食育の日 だしで味わう和食献立 大学コラボ献立 (西南学院大学) 牛乳 はくさいのゆず香和え さばのダブルみそ揚げ 秋のふきよせ汁 ご飯	20 福岡のおいしい幸せ献立 牛乳 ブロッコリー 博多和牛の和風サイコロステーキ 焼のり キャベツとだいごんのホットスープ ご飯
23 勤労感謝の日	24 牛乳 ミルククリーム コンソメポテト チリコンカン パン ご飯	25 牛乳 あざりと野菜のごまドレッシング和え 納豆(たれ付)かつお節 豚肉とじゃがいもの含め煮 麦ご飯	26 シェフの北キューミツ星献立 牛乳 ケチャップ かぼちゃグラタン スクランブルエッグ 米粉パン(県産小麦粉) シェフのミネストローネ ご飯	27 牛乳 もやしのごま酢和え きびなごカリフライ 肉みそをおでんにかけます ご飯
30 日本全国味めぐり (岩手県) 牛乳 小松菜と凍り豆腐のベーコン炒め いわしの甘露煮 ご飯 ひつまみ	11月の献立 毎月 19 日は 食育の日 9日 ベトナム風サンドイッチ(バインミー) 鶏肉とはるさめのスープ(ミエンガー) 30日 ひつまみ(団子のすまし汁)			

※旬の食材
さつまいも・小松菜・ブロッコリー・ほうれんそう・はくさい・だいごん・しめじ・みかん

※地場産の食材
小松菜・ブロッコリー・ほうれんそう・キャベツ・みずな・たけのこ・わかめ