

月	火	水	木	金
郷土食 	1 牛乳 ごはん なめこ汁 肉じゃが まぜっこサラダ	2 牛乳 ごはん キムチ鍋 春巻き(小1本、中2本) バンバンジーサラダ	3 牛乳 <b>5-4希望献立</b> 抹茶揚げパン ワントンスープ ほうれん草オムレツ 寒天サラダ	4 牛乳 ごはん 波田のおくらのみそ汁 銀ひらすの塩こうじ焼き 大根のべっこう煮
具だくさんみそ汁 				
7 牛乳 ごはん うどん汁 いかとさつまいもの甘辛あえ 茎わかめのサラダ	8 牛乳 <b>3-2希望献立</b> キムタクごはん 具だくさんみそ汁 赤魚のみそ粕焼き ブロッコリーサラダ いちごクレープ(乳・卵なし)	9 牛乳 ごはん はるさめスープ マーボー豆腐 もやしのサラダ	10 牛乳 <b>小6欠食</b> 丸パン レタススープ 豆乳コロケ ツナポテトサラダ 波田のりんご(汁/スイト)	11 牛乳 <b>小6欠食</b> ごはん けんちん汁 ふわふわ卵とじ からしあえ
スポーツの日	15 牛乳 <b>小6欠食</b> ごはん 白菜のみそ汁 わらさの照り焼き さつまいもとひじきの煮物	16 牛乳 <b>小相談室希望献立</b> わかめごはん ABCスープ 厚揚げと豚肉のみそキムチ炒め のり酢あえ フルーツ杏仁風プリン(乳・卵なし)	17 牛乳 <b>小4欠食</b> コッペパン オニオンスープ ハンバーグ かぼちゃサラダ 波田のりんご(汁/ゴ・ルト)	18 牛乳 ごはん 沢煮椀 カツオとポテトのスタミナ揚げ 豆と五穀米サラダ
21 牛乳 ごはん <b>まつもとの日</b> のっぺい汁 ちくわのかば揚げ(小4~2こ) ゆかりあえ	22 牛乳 <b>小6欠食</b> ごはん さつまい汁 ししゃもの南蛮漬(小4~2本) はるさめサラダ	23 牛乳 ごはん <b>3-3希望献立</b> 坦々こんにやくラーメン 鶏のから揚げ(小4~2個) 塩丸いかの酢の物	24 牛乳 食パン <b>小2-3.4欠食</b> コンソメスープ チリコンカン コールスロー あんずジャム	25 牛乳 <b>小2-1.2.5欠食</b> ごはん かきたま汁 さばの塩焼き 切り干し大根の炒り煮
28 牛乳 菜ごはん 白菜そぼろ汁 卵焼き ごぼうサラダ	29 牛乳 ごはん 豆腐のみそ汁 さわらのネギソースかけ 大豆のサラダ	30 牛乳 <b>もったいない献立</b> 玄米入りごはん 今井産コーンペーストのコンソメスープ ポークソテーアップルソース かぶの浅漬	31 牛乳 <b>3-1希望献立</b> メロンパン ポトフ チキンのコーンフレーク焼き ごまブロッコリー	季節のおすすめ  かみかみ献立 

10月の献立紹介

地場産物:りんご、オクラ、白菜、大根、キャベツ、レタス、きゅうり、にんじん、ごぼう、ねぎ  
 3.8.16.23.31日:希望献立です。  
 10.17日 :波田のりんごを出します。地場産物です。  
 21日 :長野県の食文化に昔から根ざしているちくわを使った献立です。  
 30日 :食品ロス削減の日に合わせた「もったいない献立」です。  
 糖も食べられる、玄米。小さいとうもろこしを加工したコーンペースト、傷のついたりんごで作ったりんごソース。給食センターでは野菜の廃棄部分をなるべく減らして調理しています。



「食べ物を残すことをもったいないと思いますか」の問いで「そう思う」と回答した児童・生徒の割合

	波田	長野県
小5	90.0%	81.2%
中2	84.4%	77.2%

令和4年食に関する実態調査