



11月23日は「勤労感謝の日」です。この日はもともと「新嘗祭（にいなめさい）」といって、農作物の収穫に感謝する行事が各地で行われた日でした。私たちの生活を支えるために社会の様々な場所で毎日一生懸命働く人たちへの感謝の気持ちを忘れずに、毎日の食事を大切にいただきましょう。

大切な食事のあいさつ「いただきます」「ごちそうさま」

日本には、食事の前後のあいさつがあります。「いただきます」にも「ごちそうさま」にも食べ物の命や食事を用意するために関わった人たちへの感謝の気持ちが込められています。心を込めてあいさつをしましょう。

「いただきます」

「いただきます」は「もらう」「食べる」の謙譲語です。漢字では「頂く・戴く」と書き、頭の上に捧げ持つことを意味しました。このことは、何か大切なものをもらったときに感謝の気持ちを表す動作です。



「ごちそうさま」

漢字で「ご馳走さま」と書きます。「馳走」とは、「かけまわる」という意味があります。人をもてなすために汗を流して食べ物を集め、かけまわるようにして食事の準備をしてくださった人たちの苦勞をねぎらい、感謝する気持ちが込められています。



★インターネット予約をご利用の方へ★ 予約の締切は、給食を食べたい日の7日前（土・日・祝日を除く）午後2時です。

11月分は、10月20日（日）までに予約をしておく忘れなくて安心です！

★マークシート予約をご利用の方へ★ 11月分のマークシート提出期限は、10月7日（月）です。

品名	産地	産地	産地
牛乳	北海道、岩手、千葉、栃木、神奈川県、岡山	小松屋	茨城、群馬
牛乳（無糖カナン乳業の集乳エリア）		大根	青森、北海道、千葉、長崎、茨城、千葉、静岡
米	産地	じゃがいも	青森、熊本、茨城
米	産地	きゅうり	エタアトル
肉類	産地	ブロッコリー	茨城、群馬
豚肉	鹿児島、宮崎、熊本、大分、福岡、群馬、北海道、千葉、埼玉	ほうれんそう	
鶏肉	岩手、宮城、福島、山形、青森、宮崎、北海道、鹿児島	ぶなしめじ	長野、新潟
魚介類	産地	えのきたけ	
さば	ノルウェー	長ねぎ	茨城、千葉、栃木、秋田、北海道、埼玉
ちりめんじゃこ	インドネシア	にら	茨城、栃木、高知、静岡
ホキ	ニュージーランド、オーストラリア	もやし	
いか	ペルー	赤ピーマン	韓国、ニュージーランド、オランダ
シルバー	ニュージーランド	かぼちゃ	メキシコ
メルルーサ	アルゼンチン、ウルグアイ	さつまいも	茨城、千葉
からふとます	アメリカ、ロシア	なす	群馬、栃木、茨城、高知
鮭	北海道	ミニトマト	熊本、愛知、千葉、茨城、北海道
卵	産地	青ピーマン	茨城、岩手、福島
玉葱	佐賀	キャベツ	群馬、茨城
人参	千葉、北海道	さやいんげん	インドネシア

日	曜	1年	2年	3年	わかばA			わかばB		
					1年	2年	3年	1年	2年	3年
11月										
1	金	○	×	○	×	×	×	×	×	×
2	土	×	×	×	×	×	×	×	×	×
3	日	×	×	×	×	×	×	×	×	×
4	月	×	×	×	×	×	×	×	×	×
5	火	○	○	○	○	○	○	○	○	○
6	水	×	×	×	×	×	×	×	×	×
7	木	○	○	○	○	○	○	○	○	○
8	金	○	○	○	○	○	○	○	○	○
9	土	×	×	×	×	×	×	×	×	×
10	日	×	×	×	×	×	×	×	×	×
11	月	○	○	○	○	○	○	○	○	○
12	火	○	○	○	○	○	○	○	○	○
13	水	×	×	×	×	×	×	×	×	×
14	木	×	×	×	○	○	○	○	○	○
15	金	○	○	○	○	○	○	○	○	○
16	土	×	×	×	×	×	×	×	×	×
17	日	×	×	×	×	×	×	×	×	×
18	月	○	○	○	○	○	○	○	○	○
19	火	○	○	○	○	○	○	○	○	○
20	水	○	×	○	○	○	○	○	○	○
21	木	○	×	○	○	○	○	○	○	○
22	金	○	×	○	○	○	○	○	○	○
23	土	×	×	×	×	×	×	×	×	×
24	日	×	×	×	×	×	×	×	×	×
25	月	○	○	○	○	○	○	○	○	○
26	火	×	×	×	×	×	×	×	×	×
27	水	×	×	×	×	×	×	×	×	×
28	木	×	×	×	×	×	×	×	×	×
29	金	×	×	×	×	×	×	×	×	×
30	土	×	×	×	×	×	×	×	×	×
給食実施回数		13回	9回	12回	13回	13回	13回	13回	13回	13回
生徒		4030	2790	3720	4030	4030	4030	4030	4030	4030

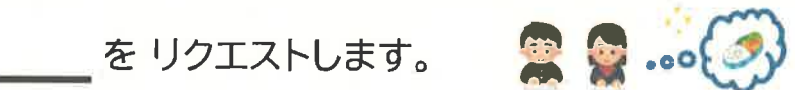
○・給食あり ×・給食なし

【お問い合わせ先】
 ●予約方法、支払状況、ID・パスワード・払込票の再発行について
給食コールセンター 葉友（サイユウ）
 電話：0594-86-7772（平日9:00～17:00）
 ●献立の内容について
 町田市教育委員会学校教育課 中学校給食担当
 電話：042-724-2177（平日8:30～17:00）
 FAX：050-3161-8681



私は _____ をリクエストします。

きりとり*
 給食で、もう一度食べたいメニュー、食べてみたいメニューをリクエストしてください。
 リクエストが多いメニューを、これからの給食の献立に取り入れます。
給食を食べている人も、食べていない人も、リクエストでください！ ぜひ、リクエストしてください!!
 ※給食で出たことがないもの（例：高価なもの（ステーキなど）、生物（刺身やケーキなど）、提供が難しいもの（アイスクリームなど））は、リクエストできません。
 ※リクエスト券を記入したらきりとり部分から切り取って、**職員室**に差し込んでください。締切はありません。



11/25
(月)

F C町田ゼルビア応援給食

F C町田ゼルビアの選手がトレーニングの後にクラブハウスで食べている料理を提供します。

中学生がアスリートの食事から自分自身の健康や成長について興味関心を持ち、自分に適した望ましい食選択及び食行動を実践する力を培うことができることを目指しています。

詳しくは裏面をチェック

このマークが目印!

F C町田ゼルビア
応援給食



11/8
(金)

学力アップ応援献立

町田市の中学校給食では、「学力アップ応援献立」として、脳の元気に役立つ栄養素や食べ方を紹介しています。

残念ながら食べるだけで頭の良くなる栄養素はありませんが、今月は、勉強のサポートをしてくれる栄養素を紹介します。

詳しくは裏面をチェック

このマークが目印!

学力アップ応援献立



1
金



- ・めかじきのマヨネーズソース
- ・ビーフンと野菜のソテー
- ・シャキシャキ梅サラダ
- ・じゃこ人参ふりかけ
- ・ごはん
- ・牛乳

使用食材の詳細については、まちだ子育てサイトに掲載されている「詳細献立表」をご確認ください。

スプーン印のある日は、スプーンをご持参ください。ただし、箸は毎日つきます。



5
火



- ・チキン南蛮
- ・小松菜とひじきのナムル
- ・おかかポテト
- ・きゅうりの漬物
- ・きび入りごはん
- ・牛乳

リクエスト

6
水



- ・生揚げと豚肉のオイスターソース炒め
- ・野菜コロッケ
- ・ゆで野菜のごまだれかけ
- ・豆腐ナゲット
- ・ごはん
- ・牛乳

7
木



- ・ひよこ豆入り米粉カレー
- ・いかのマスタード焼き
- ・じゃこいり小松菜和え
- ・チーズ
- ・ごはん
- ・牛乳



8
金



- ・鯖のトマトソースかけ
- ・肉野菜炒め
- ・青菜のごまみそ和え
- ・青のりビーンズ
- ・ごはん
- ・牛乳



11
月



- ・ポークチャップ
- ・チーズポテト
- ・小松菜の和え物
- ・じゃこひじきふりかけ
- ・ごはん
- ・牛乳

リクエスト

12
火



- ・鯖のから揚げカレー風味
- ・生揚げのツナあんかけ
- ・さつまいものレモン煮
- ・切り干しブレイクふりかけ
- ・ごはん
- ・牛乳

リクエスト

13
水



- ・鶏肉じゃが
- ・竹輪の磯辺揚げ
- ・もやしのごまドレ和え
- ・大根のゆかり和え
- ・塩こんぶごはん
- ・牛乳

14
木



- ・豆腐の四川煮
- ・魚の南蛮漬け
- ・ブロッコリーとベーコンのソテー
- ・すりおろし洋梨ミニゼリー
- ・ごはん
- ・牛乳



15
金



- ・豚肉のオレンジマスタード
- ・生揚げと切干大根の煮物
- ・小松菜とコーンのソテー
- ・チーズ
- ・ごはん
- ・牛乳

18
月



- ・魚の麦みそ焼き
- ・かぼちゃとひき肉のカレー炒め
- ・ひじきと凍り豆腐の煮物
- ・浅漬け
- ・ごはん
- ・牛乳

リクエスト

19
火



- ・カレーブルスト
- ・ジャーマンポテト
- ・ザワークラウト
- ・青菜とコーンのソテー
- ・数つひじきふりかけごはん
- ・牛乳

リクエスト



20
水



- ・油淋鶏
- ・にらもやし炒め
- ・切干大根のソース炒め
- ・果物
- ・ごはん
- ・牛乳

21
木



- ・豆腐ハンバーグトマトソース
- ・青菜とじゃがいものハム炒め
- ・きんぴら
- ・すりおろしりんごミニゼリー
- ・ごはん
- ・牛乳

22
金



- ・キムチ豆腐
- ・鶏肉のスタミナ焼き
- ・ポテト入りナムル
- ・チーズ
- ・ごはん
- ・牛乳



25
月



- ・チキングリルガーリックハニースソース
- ・厚揚げの豆乳クリーム煮
- ・小松菜と春雨のナムル
- ・ひじき甘辛ふりかけ
- ・ごはん
- ・牛乳



26
火



- ・生揚げ入りホイコウロウ
- ・魚の南部焼き
- ・豆入りポテトサラダ
- ・青菜の磯香和え
- ・ごはん
- ・牛乳

リクエスト

27
水



- ・いかのガーリック焼き
- ・カレーミート
- ・ひじきと豆のマリネ
- ・ヨーグルトゼリー
- ・ターメリックライス
- ・牛乳



28
木



- ・プルコギ風豚肉炒め
- ・ししゃものごま天
- ・さわやか漬け
- ・チーズ
- ・ごはん
- ・牛乳

29
金



- ・チキンカツ
- ・きのこペンネのソテー
- ・小松菜のごま和え
- ・パンプキンチーズ
- ・ごはん
- ・牛乳

主な使用食材 11月

(お願い)食物アレルギーがある方は、**まだ子育てサイトに掲載されている「詳細献立表」を必ずご確認ください。**

インターネット検索の場合: 「まだ子育てサイト」を検索・小・中学校情報・学校給食・中学校給食について・中学校給食の献立表・詳細献立表・給食だより



日	曜日	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	栄養価	日	曜日	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	栄養価
1	金	めかじき 豚肉 焼きのり ちりめんじゃこ かつお節 牛乳	精白米 マヨネーズ 砂糖 オリーブ油 ごま油 ピーナツ ごま油	しょうがにんにく パジル こまつな キャベツ にんじん 玉葱 もやし 青ピーマン 切干しいたごん だいこん きゅうり 練り梅	エネルギー 783 kcal たんぱく質 31.0 g 脂質 24.3 g 食塩相当量 2.1 g	18	月	ホキみそ 豚肉 ひじき 大豆 凍り豆腐 牛乳	精白米 砂糖 ごま 大豆油 かつお節	ブロッコリー かぼちゃ にんにく 玉葱 グリンピース にんじん キャベツ きゅうり	エネルギー 769 kcal たんぱく質 33.0 g 脂質 18.8 g 食塩相当量 2.3 g
5	火	鶏肉 ひじき あおのり かつお節 牛乳	精白米 きび 薄力粉 油 タルタルソース 砂糖 ごま油 ごま じゃがいも	キャベツ こまつな えのきたけ 赤ピーマン きゅうり	エネルギー 801 kcal たんぱく質 32.6 g 脂質 23.7 g 食塩相当量 2.1 g	19	火	餅つきひじきぶりのかけ ウィンナー ベーコン 牛乳	精白米 じゃがいも 油 オリーブ油 砂糖 バター	ブロッコリー 玉葱 パセリ キャベツ 赤ピーマン こまつな	エネルギー 863 kcal たんぱく質 24.3 g 脂質 37.3 g 食塩相当量 2.2 g
6	水	生揚げ 豚肉 大豆ナゲット 牛乳	精白米 油 砂糖 野菜コロッケ ごま	にんにく しょうが にんじん 玉葱 もやし だいご 椎茸 ねぎ にら 青ピーマン ブロッコリー キャベツ こまつな	エネルギー 811 kcal たんぱく質 30.2 g 脂質 26.1 g 食塩相当量 2.1 g	20	水	鶏肉 豚肉 焼き竹輪 牛乳	精白米 米粉 かつお節 油 砂糖 ごま油 ごま	しょうが ねぎ キャベツ もやし にんじん にら コーン 切干しいたごん みかん缶詰	エネルギー 765 kcal たんぱく質 32.4 g 脂質 18.3 g 食塩相当量 1.8 g
7	木	豚肉 大豆ミート ひよこめい ちりめんじゃこ チーズ 牛乳	精白米 米粉 油 じゃがいも はちみつ 砂糖	にんにく しょうが 玉葱 にんじん ブロッコリー こまつな	エネルギー 716 kcal たんぱく質 27.9 g 脂質 17.1 g 食塩相当量 2.2 g	21	木	豆腐ハンバーグ ロースハム 牛乳	精白米 油 砂糖 じゃがいも こんにゃく ごま油	玉葱 ミックスベジタブル こまつな ぶなしめじ ごぼう にんじん ずりおろしりんごミニゼリー	エネルギー 753 kcal たんぱく質 25.6 g 脂質 16.2 g 食塩相当量 2.6 g
8	金	さば 豚肉 みそ 大豆 あおのり 牛乳	精白米 油 砂糖 かつお節 粉 ごま	玉葱 にんにく トマト グリンピース もやし にんじん にら コーン キャベツ こまつな	エネルギー 765 kcal たんぱく質 32.6 g 脂質 24.9 g 食塩相当量 1.7 g	22	金	豚肉 豆腐 鶏肉 かつお節 チーズ 牛乳	精白米 油 ごま油 かつお節 粉 砂糖 ごま じゃがいも	にんにく しょうが にんじん えのきたけ キャベツ ねぎ はくさい 牛乳チリソース ブロッコリー もやし こまつな	エネルギー 739 kcal たんぱく質 32.8 g 脂質 19.7 g 食塩相当量 2.0 g
11	月	豚肉 チーズ ひじき ちりめんじゃこ かつお節 牛乳	精白米 油 砂糖 かつお節 粉 じゃがいも ごま油 ごま	玉葱 ブロッコリー えだまめ パセリ こまつな ぶなしめじ にんじん	エネルギー 749 kcal たんぱく質 31.8 g 脂質 19.5 g 食塩相当量 2.3 g	25	月	鶏肉 生揚げ 豚肉 豆腐 焼き竹輪 ひじき ちりめんじゃこ かつお節 牛乳	精白米 油 はちみつ かつお節 粉 さつまいも はるさめ ごま油 砂糖	にんにく 玉葱 りんご 赤ピーマン 青ピーマン にんじん ぶなしめじ はくさい こまつな もやし	エネルギー 770 kcal たんぱく質 42.0 g 脂質 18.9 g 食塩相当量 1.8 g
12	火	さば 生揚げ ツナ 大豆ミート 牛乳	精白米 かつお節 粉 油 砂糖 さつまいも	しょうが ブロッコリー こまつな にんじん レモン 切干しいたごん	エネルギー 877 kcal たんぱく質 33.5 g 脂質 26.3 g 食塩相当量 2.2 g	26	火	生揚げ 豚肉 みそ ホキ かつお節 ミックスベジタブル チーズ 焼きのり 牛乳	精白米 油 砂糖 ごま油 じゃがいも ごま マヨネーズ	しょうが もやし にんじん キャベツ 青ピーマン ブロッコリー コーン えだまめ パセリ こまつな	エネルギー 764 kcal たんぱく質 34.7 g 脂質 23.1 g 食塩相当量 2.4 g
13	水	塩昆布 鶏肉 焼き竹輪 あおのり たまご ツナ 牛乳	精白米 油 かつお節 粉 砂糖 じゃがいも こんにゃく 砂糖 薄力粉 ごま油 ごま マヨドレッシング	しょうが 玉葱 にんじん グリンピース キャベツ もやし だいごん きゅうり ゆかり	エネルギー 761 kcal たんぱく質 28.2 g 脂質 18.1 g 食塩相当量 2.3 g	27	水	いか かつお節 豚肉 大豆ミート ひじき ヨーグルトゼリー 大豆 牛乳	精白米 バター 油 じゃがいも かつお節 粉 砂糖 オリーブ油	こまつな にんじん もやし 玉葱 にんにく しょうが 赤ピーマン グリンピース だいごん きゅうり コーン	エネルギー 725 kcal たんぱく質 31.0 g 脂質 18.2 g 食塩相当量 2.1 g
14	木	豚肉 大豆ミート みそ 豆腐 メルルサー ベーコン 牛乳	精白米 油 砂糖 かつお節 粉 薄力粉 オリーブ油	にんにく しょうが グリンピース 玉葱 にんじん 青ピーマン ブロッコリー キャベツ ずりおろし洋梨ミニゼリー	エネルギー 729 kcal たんぱく質 29.3 g 脂質 17.1 g 食塩相当量 2.7 g	28	木	豚肉 ししゃも あおのり チーズ 牛乳	精白米 はちみつ ごま油 ごま 天ぷら粉 油 じゃがいも	玉葱 にんじん 青ピーマン 赤ピーマン もやし えのきたけ こまつな にんにく はくさい きゅうり ゆず	エネルギー 746 kcal たんぱく質 31.8 g 脂質 21.0 g 食塩相当量 2.3 g
15	金	豚肉 チーズ 生揚げ 焼き竹輪 牛乳	精白米 かつお節 粉 ママーレード 油 砂糖	しょうが さやいんげん にんにく 切干しいたごん にんじん こまつな もやし ぶなしめじ コーン	エネルギー 784 kcal たんぱく質 32.2 g 脂質 20.8 g 食塩相当量 2.3 g	29	金	チキンカツ ベーコン チーズ 牛乳	精白米 油 パンネ (マカロニ) オリーブ油 砂糖 ごま	キャベツ にんにく エリンギ ぶなしめじ 玉葱 青ピーマン こまつな にんじん かぼちゃ	エネルギー 821 kcal たんぱく質 26.6 g 脂質 23.1 g 食塩相当量 2.0 g

※材料の割合により献立を変更する場合があります。

※調味料については、記載していないものもあります。

※個別除去などのアレルギー対応は行っていません。食物アレルギーがある方は、まだ子育てサイトに掲載されている「詳細献立表」を必ず確認してください。

加工品 (斜体で表示されているもの) について知りたい場合は、町田市教育委員会保健給食課までお問い合わせください。

11/25(月) 実施!

FC町田ゼルビア応援給食

FC町田ゼルビアの選手がトレーニングの後にクラブハウスで食べているメニューをもとに作成した「FC町田ゼルビア応援給食」を提供します。
この献立は、町田市の小・中学生のために、FC町田ゼルビア管理栄養士の浜野さんが考えてくださいました。献立のポイントを紹介します!

豆乳と厚揚げは大豆製品で、カルシウムや鉄が多く含まれます。これらの栄養素は成長期に不足しやすいので、小・中学生にはぜひとももらいたいです。

小松菜はビタミンAやCが多く栄養価の高い野菜ですので、これからの冬の時期の体調管理に役立ちます。春雨を加えると、ツルつとした食感で食べやすくなります。

ひじきやちりめんじゃこにはカルシウムとマグネシウムなどのミネラルが含まれます。常備品として家でも食べてほしいふりかけです。

選手にも好評の一品! りんごはちみつの日で野菜も美味しく食べられます。

予約の締切は、11月14日(木)14時です。

「チキングリル ガーリックハニーソース」
のレシピを教えてくださいました♪
料理レシピサービス クックパッド で紹介しています!

簡単! ★町田市の給食

検索

11月8日(金)実施!



ごはん
鯖のトマトソースかけ
肉の野菜炒め
高菜のごまみそ和え
青のりピーンス
牛乳

脳の元気に役立つ栄養素や食方	主な効果	11月8日の給食で使用している食材
EPA (エイコサペンタエン酸) DHA (ドコサヘキサエン酸)	脳や神経を発達させ記憶力や学習能力を高める働きがあるといわれています。	鯖
リコピン	記憶力の低下や認知症を予防し、老化を抑制したりする働きが期待されています。	トマト
よくかんで食べる	よくかむことは、脳を活性化させることがわかっています。特に、かむことが脳の中心にある記憶を司る「海馬」という部分を刺激するので、記憶力を強化することが期待できるそうです。	野菜類 大豆

《11月の平均栄養価》

エネルギー: 774 kcal たんぱく質: 31.2 g
脂質: 21.6 g 食塩相当量: 2.2 g
カルシウム: 371 mg 鉄分: 4.0 mg

今月のリクエスト献立

11月5日(火)
チキン南蛮
きゅうりの漬物

11月11日(月)
ポークチャップ

11月12日(火)
魚のから揚げ

11月18日(月)
魚のまみそ焼き
ひじきと凍り豆腐の煮物

11月19日(火)
カレーブルスト

11月26日(火)
生揚げ入りホイコウロウ



町田市中学校給食予約システム 締切日一覧 (2024年度)

食べたい日	8月			9月			10月			11月			12月		
	予約の締切日 (午後2時00分まで)	払込の締切日 (午後11時59分まで)	食べたい日	予約の締切日 (午後2時00分まで)	払込の締切日 (午後11時59分まで)	食べたい日	予約の締切日 (午後2時00分まで)	払込の締切日 (午後11時59分まで)	食べたい日	予約の締切日 (午後2時00分まで)	払込の締切日 (午後11時59分まで)	食べたい日	予約の締切日 (午後2時00分まで)	払込の締切日 (午後11時59分まで)	食べたい日
1 木			1 日			1 火	9月19日	9月18日	1 金	10月23日	10月22日	1 日			1 日
2 金			2 月	8月22日	8月21日	2 水	9月20日	9月19日	2 土			2 月	11月21日	11月20日	2 月
3 土			3 火	8月23日	8月22日	3 木	9月24日	9月20日	3 日			3 火	11月22日	11月21日	3 火
4 日			4 水	8月26日	8月23日	4 金	9月25日	9月24日	4 月			4 水	11月25日	11月22日	4 水
5 月			5 木	8月27日	8月26日	5 土			5 火	10月24日	10月23日	5 木	11月26日	11月25日	5 木
6 火			6 金	8月28日	8月27日	6 日			6 水	10月25日	10月24日	6 金	11月27日	11月26日	6 金
7 水			7 土			7 月	9月26日	9月25日	7 木	10月28日	10月25日	7 土			
8 木			8 日			8 火	9月27日	9月26日	8 金	10月29日	10月28日	8 日			
9 金			9 月	8月29日	8月28日	9 水	9月30日	9月27日	9 土			9 土	11月28日	11月27日	9 土
10 土			10 火	8月30日	8月29日	10 木	10月1日	9月30日	10 日			10 日	11月29日	11月28日	10 日
11 日			11 水	9月2日	8月30日	11 金	10月2日	10月1日	11 月	10月30日	10月29日	11 水	12月2日	11月29日	11 水
12 月			12 木	9月3日	9月2日	12 土			12 火	10月31日	10月30日	12 木	12月3日	12月2日	12 木
13 火			13 金	9月4日	9月3日	13 日			13 水	11月1日	10月31日	13 金	12月4日	12月3日	13 金
14 水			14 土			14 月			14 木	11月5日	11月1日	14 土			14 土
15 木			15 日			15 火	10月3日	10月2日	15 金	11月6日	11月5日	15 日			15 日
16 金			16 月			16 水	10月4日	10月3日	16 土			16 月	12月5日	12月4日	16 月
17 土			17 火	9月5日	9月4日	17 木	10月7日	10月4日	17 日			17 火	12月6日	12月5日	17 火
18 日			18 水	9月6日	9月5日	18 金	10月8日	10月7日	18 月	11月7日	11月6日	18 水	12月9日	12月6日	18 水
19 月			19 木	9月9日	9月6日	19 土			19 火	11月8日	11月7日	19 木	12月10日	12月9日	19 木
20 火			20 金	9月10日	9月9日	20 日			20 水	11月11日	11月8日	20 金	12月11日	12月10日	20 金
21 水			21 土			21 月	10月9日	10月8日	21 火	11月12日	11月11日	21 土			
22 木			22 日			22 火	10月10日	10月9日	22 水	11月13日	11月12日	22 日			
23 金			23 月			23 水	10月11日	10月10日	23 木			23 月	12月12日	12月11日	23 月
24 土			24 火	9月11日	9月10日	24 木	10月15日	10月11日	24 日			24 火	12月13日	12月12日	24 火
25 日			25 水	9月12日	9月11日	25 金	10月16日	10月15日	25 月	11月14日	11月14日	25 水			
26 月	8月15日	8月14日	26 木	9月13日	9月12日	26 土			26 火	11月15日	11月14日	26 木			
27 火	8月16日	8月15日	27 金	9月17日	9月13日	27 日			27 水	11月18日	11月15日	27 金			
28 水	8月19日	8月16日	28 土			28 月	10月17日	10月16日	28 火	11月19日	11月18日	28 土			
29 木	8月20日	8月19日	29 日			29 火	10月18日	10月17日	29 水	11月20日	11月19日	29 日			
30 金	8月21日	8月20日	30 月	9月18日	9月17日	30 水	10月21日	10月18日	30 木			30 月			
31 土						31 木	10月22日	10月21日				31 火			

給食の提供は
ありません

給食の提供は
ありません