



Table with columns: 日, 曜日, 牛乳, こんだて (みそラーメン, てづくりチャーシュー, わかめともやしのちゅうかあえ, クレープ(みかん)), 血や骨、肉をつくるもの, 熱や力になるもの, 体の調子を整えるもの, エネルギー, たんぱく質, 脂質, 食塩相当量.

Table with columns: 日, 曜日, 牛乳, こんだて (コーンちやめし, ひとくちおでん, あおのりポテト, みかん), 血や骨、肉をつくるもの, 熱や力になるもの, 体の調子を整えるもの, エネルギー, たんぱく質, 脂質, 食塩相当量. Includes a callout box for 10/27: 十三夜は27日ですが給食では1日早い「十三夜献立」です。

\*食材等の都合により、献立の変更をすることがあります。
\*食物アレルギーなどについてご心配な点がございましたら、担任を通して栄養士にご相談下さい。
\*給食当番の児童は、配膳の時にマスクをしますので、ご用意ください。
(ランドセルのポケットなどに1~2枚予備を入れておくと、忘れたときに対応ができます。)
\*給食当番の児童は白衣を週末に持ち帰り、洗濯して持ってきてください。

Summary table with columns: 10月の平均値, エネルギー, たんぱく質, 脂質, 食塩相当量.