

2026年

10

OCTOBER

Angel Foods
エンゼルフーズグループ

がっのおべんとうメニュー



おすすめメニュー



10月2日(金) 肉団子のコーンクリームシチュー

白いシチューは日本で考え出され、給食で広まった料理といわれています。シチューには2種類あり、ホワイトシチューとブラウンシチューです。やさいや肉をスープで長時間煮込みます。みんなの好きなコーンと肉団子を入れました。

げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび

ひとくちメモ

ハロウィン

欧米で毎年10月31日に行われる、お祭りハロウィン。ハロウィンといえばカボチャ。くり抜いたカボチャの中にロウソクを立てて、ちようちんにしたりします。ハロウィンの発祥の地イギリスでは、大カブやサトウダイコンをちようちんの材料に使っていました。アメリカでは、家畜の飼料としてカボチャの栽培が盛んでした。そこで、アメリカではハロウィンといえばカボチャになったのです。



デミハンバーグ
マカロニソテー
あおなのため
にんじんグラッセ
アンパンマンポテ
フルーツポンチ
しろごはん

*エネルギー 433 kcal
*タンパク質 9.6 g
*脂質 8.9 g
*塩分 1.4 g



とりにくのやながわふう
おからポテト
ほうれんそうと
コーンのソテー
かいせんだんご
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 401 kcal
*タンパク質 15.3 g
*脂質 9.3 g
*塩分 1.4 g



にくじゃが
やさいの
しおこんぶあえ
チキンゲット
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 408 kcal
*タンパク質 10.5 g
*脂質 10.5 g
*塩分 1.3 g



カニクリームコロッケ
エンゼルナポリタン
あおなのごまあえ
とりつくね
フルーツ
クロワッサン

*エネルギー 355 kcal
*タンパク質 9.3 g
*脂質 15.3 g
*塩分 1.4 g



さかなのしおやき
わふうスパ
ポテトサラダ
さくらしゅうまい
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 407 kcal
*タンパク質 13.2 g
*脂質 10.1 g
*塩分 1.2 g



スポーツのひ



とうふハンバーグ
にくいきんぴら
やさいのおひたし
ざつまいものレモンに
フルーツ
ふりかけごはん

*エネルギー 403 kcal
*タンパク質 9.1 g
*脂質 9.7 g
*塩分 1.3 g



オムレツ
メンチカツ
シャキシャキサラダ
フルーツ
ミートボールスパゲッティ

*エネルギー 408 kcal
*タンパク質 12.3 g
*脂質 13.5 g
*塩分 1.6 g



とりにくのからあげ
やきそば
あつやきたまご
タコウイナー
ブロッコリー
フルーツ
おにぎり

*エネルギー 413 kcal
*タンパク質 11.5 g
*脂質 11.6 g
*塩分 1.4 g



エンゼルカレー
とんかつ
ひきにくとコーンのソテー
ハムステーキ
かぼちゃのにも
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 404 kcal
*タンパク質 11.5 g
*脂質 12.2 g
*塩分 1.6 g



ローストチキン
タイふうやきそば
にんじんと
コーンのソテー
やきぎょうざ
フルーツ
あげパン

*エネルギー 367 kcal
*タンパク質 9.8 g
*脂質 14.7 g
*塩分 1.4 g



ホイコーロー
エビフリッター
ブロッコリー
ミートボール
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 411 kcal
*タンパク質 10.8 g
*脂質 11.0 g
*塩分 1.3 g



チキンステーキ
ねじねじマカロニソテー
やさいのナムル
はながたしんじょうに
たこやき
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 407 kcal
*タンパク質 13.0 g
*脂質 11.5 g
*塩分 1.5 g



ぶたにくの
しょうがやき
やさしいため
ごもくまめに
シュガーポテト
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 433 kcal
*タンパク質 10.3 g
*脂質 12.2 g
*塩分 1.4 g



とりにくのからあげ
ビーファンソテー
きりほしだいごんに
にくだんご
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 404 kcal
*タンパク質 10.0 g
*脂質 10.0 g
*塩分 1.3 g



コーンコロッケ
ねじねじマカロニソテー
あおなのおひたし
やきとり
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 412 kcal
*タンパク質 10.2 g
*脂質 10.1 g
*塩分 1.1 g



とりにくのてりやき
ほうれんそうソテー
マーボーとうふ
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 412 kcal
*タンパク質 13.3 g
*脂質 11.7 g
*塩分 1.6 g



きのこストロガノフ
タラモサラダ
ハムステーキ
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 408 kcal
*タンパク質 9.5 g
*脂質 12.0 g
*塩分 1.5 g



かにたまあんかけ
プレーンスパ
にんじんしりしり
ブロッコリー
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 400 kcal
*タンパク質 10.0 g
*脂質 8.3 g
*塩分 1.3 g



パンプキンキッシュ
メンチカツ
シェルマカロニサラダ
ウイナー
フルーツポンチ
おにぎり(ハロウィン)

*エネルギー 426 kcal
*タンパク質 9.3 g
*脂質 10.6 g
*塩分 1.6 g