



9月のきゅうしょく



9月のもくひょう



よい食べ方をしよう

1日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・カレーライス
- ・ゆでとうもろこし
- ・酢酵乳

4日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・タイピーエン
- ・さわらの塩こうじ焼き
- ・ひじきの和え物

5日(火)



- ・中華風炊き込みごはん
- ・牛乳
- ・まぐろカツ
- ・キャベツとコーンの炒め物

6日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・厚揚げのキムチ煮
- ・パンサンズー

7日(木)



- ・コッペパン
- ・牛乳
- ・ウインナーのスープ煮
- ・ツナサンド

8日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・マーボー豆腐
- ・焼ききょうざ
- ・切り干し大根の炒め物

11日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・ごま煮
- ・千草焼き
- ・ピリ辛きゅうり
- ・味つけのり

12日(火)



- 【世界の料理：メキシコ】
- ・ハインパン
- ・牛乳
- ・チリコンカン
- ・白身魚のセビッチェ風
- ・マンゴープリン

13日(水)



- ・減量米飯
- ・牛乳
- ・きつねうどん
- ・とりごぼめし
- ・小えびの天ぷら

14日(木)



- ・黒糖パン
- ・牛乳
- ・コーンクリームスープ
- ・ラタトゥイユ
- ・ヨーグルト

15日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・洋風肉じゃが
- ・炒めたくあん
- ・ハニーアーモンド

19日(火)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・ポークハヤシライス
- ・マカロニサラダ

20日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・豆腐の味噌汁
- ・いわしの煮付け
- ・なすの炒め物

21日(木)



- ・バーガーパン
- ・牛乳
- ・もずくと卵のスープ
- ・コロッケ
- ・キャベツのソースソテー
- ・カードチーズ

22日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・豚キムチの混ぜご飯
- ・トックスープ
- ・じゃこ大豆

25日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・じゃがいものスープ
- ・ドライカレー
- ・みかんの缶詰

26日(火)



- ・ペビーコッペ
- ・牛乳
- ・中華風サラダ麺
- ・高野豆腐の唐揚げ
- ・豚肉のオイスター炒め

27日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・すまし汁
- ・さばの塩焼き
- ・キャベツの煮びたし

28日(木)



- ・セサミパン
- ・牛乳
- ・鶏肉のトマトスープ
- ・れんこんとツナのソテー
- ・いちごジャム

29日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・月見汁
- ・里芋のゆずあんかけ
- ・ひじきの煮物
- ・お月見ゼリー

【お月見こんだて】



29日(金) お月見献立

- ・月見汁
- ・里芋のゆずあんかけ
- ・お月見ゼリー



この時期に収穫される里芋を供えることから、「いも名月」とよぶことがあります。給食では、里芋を油