

☆9月分 給食予定献立



 ・9/29 十五夜 ・10/27 十三夜	水	木	金	土
			1	2
	 毎日しっかり 朝ごはん		・ご飯 ・牛乳 ・ちくわマヨネーズ焼き ・おひたし ・豚汁 熱 905kcal た 25.3g	・五目焼きそば ・フライドポテト ・ジョア 五中祭  熱 875kcal た 23.1g
月	火	水	木	金
4	5	6	7	8
9/2(土)の 振替休業日 	・ご飯 ・牛乳 ・チキンのマムレード焼き ・野菜のなめたけあえ ・わかめのみそ汁 熱 801kcal た 33.7g	・肉うどん ・牛乳 ・白菜ととんぶりのサラダ ・さつまいもとりんごのパイ 教職員研修会のため いつもより給食時間が 早くなります。 熱 729kcal た 30.4g	・ご飯 ・牛乳 ・鱈のマヨネーズ焼き ・五目きんぴら ・小松菜のみそ汁 熱 847kcal た 34.4g	・カレーそばろ丼 ・牛乳 ・きくらげサラダ ・野菜スープ 熱 918kcal た 39.6g
11	12	13	14	15
・チキンライス ・牛乳 ・マカロニサラダ ・わかめスープ 熱 874kcal た 28.7g	・ご飯 ・牛乳 ・さばの塩麹焼き ・ごまあえ ・肉じゃが 熱 990kcal た 44.2g	・ご飯 ・牛乳 ・春巻 ・メンマの炒め物 ・かに玉風スープ 熱 787kcal た 25.8g	・ご飯 ・牛乳 ・アドボ ・ツナあえ ・あおさのみそ汁 熱 764kcal た 38.3g	・ご飯 ・牛乳 ・ヤンニョム風チキン ・豚にら炒め ・チンゲン菜のスープ 熱 888kcal た 40.2g
18	19	20	21	22
敬老の日 	9/16(土)の 振替休業日 	・タンメン ・牛乳 ・豆苗ともやしの シャキシャキあえ ・ヨーグルト 熱 813kcal た 35.7g	・ご飯 ・牛乳 ・焼き餃子 ・錦糸卵あえ ・マーボー豆腐 熱 882kcal た 35.2g	・チキンカレー ・牛乳 ・野菜のナムル ・福神漬 熱 904kcal た 30.1g
25	26	27	28	29
・ご飯 ・牛乳 ・味付け肉団子 ・大根のそぼろ煮 ・にらたま汁 熱 797kcal た 30.1g	・ご飯 ・牛乳 ・ささみチーズフライ ・ひじきのウインナー炒め ・大根のみそ汁 熱 798kcal た 30.1g	・たまごとじうどん ・牛乳 ・ビーンズサラダ ・さつまいも蒸しパン 熱 803kcal た 29.2g	・ハヤシライス ・牛乳 ・切り干し大根のレモンあえ ・ウエハース(ミルク) 熱 921kcal た 25.0g	・ご飯 ・牛乳 ・豚肉のみそ焼き ・野菜のおかかあえ ・根菜汁 熱 820kcal た 34.8g