

# ☆9月分 給食献立



 ・9/21 十五夜 ・10/18 十三夜	水	木	金	土
	1	2	3	4
	・ご飯 ・牛乳 ・いわし梅しょうゆ煮 ・ごまあえ ・肉じゃが 熱 856kcal た 34.7g	・ご飯 ・牛乳 ・ギョウザ ・ホイコーロー ・水菜のスープ 熱 839kcal た 29.9g	・豚丼, 紅しょうが ・牛乳 ・ブロッコリーの おかか和え ・じゃがいものみそ汁 熱 871kcal た 35.2g	・冷やし中華 ・アメリカンドック (パックケチャップ) ・フライドポテト 五中祭 熱 897kcal た 26.4g
月	火	水	木	金
6	7	8	9	10
4日(土)の 振替休業日	・ご飯 ・牛乳 ・チキンの マーマレード焼き ・ひじきの五目煮 ・にらたま汁 熱 828kcal た 42.8g	・中華丼 ・牛乳 ・春菊とひき肉のスープ 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。	・ご飯 ・牛乳 ・ホツケの塩焼き ・五目きんぴら ・小松菜のみそ汁 熱 816kcal た 36.7g	・ご飯 ・牛乳 ・春巻き ・即席漬け ・キムチ豚汁 熱 813kcal た 27.1g
13	14	15	16	17
・ご飯 ・牛乳 ・アドボ ・野菜のツナあえ ・根菜汁 熱 820kcal た 43.8g	・ご飯 ・牛乳 ・あじフライ (パックソース) ・おひたし ・薩摩汁 熱 883kcal た 30.6g	・米粉パン ・ジャム ・牛乳 ・ハンバーグの 和風きのこソース ・ゆで野菜サラダ ・コーンシチュー 熱 905kcal た 34.1g	・カレーそばろどんぶり ・牛乳 ・きくらげサラダ ・野菜スープ ・かぼちゃムース 熱 898kcal た 35.8g	・ご飯 ・牛乳 ・豚肉のしょうが焼き ・切干大根のうま煮 ・わかめのみそ汁 熱 916kcal た 36.6g
20	21	22	23	24
敬老の日 	18日(土)の 振替休業日	・チキンカレー ・牛乳 ・白菜ととんぶりの サラダ ・福神漬 熱 932kcal た 31.8g	秋分の日 	・ご飯 ・牛乳 ・鶏肉の唐揚げ ・野菜のナムル ・かきたま汁 熱 867kcal た 37.3g
27	28	29	30	
・親子丼 ・牛乳 ・野菜のしょうがあえ ・大根のみそ汁 熱 866kcal た 39.1g	・ご飯 ・牛乳 ・鮭のマヨネーズ焼き ・煮じゃ昆布 ・みそけんちん汁 熱 902kcal た 39.7g	・きつねうどん ・牛乳 ・カニ風味サラダ ・かぼちゃケーキ 熱 923kcal た 39.9g	・ご飯 ・牛乳 ・メンチカツ (パックソース) ・錦糸たまごあえ ・モロヘイヤのみそ汁 熱 862kcal た 27.5g	