



9月分献立予定表



今月のめあて：良い食事の仕方を理解しよう。

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|--|---|--|--|---|
| 2日 小松菜と タッチヨリム むぎごはん トック入りわかめスープ | 3日 ぶどうゼリー 豆サラダ 白身魚のフライ パックソース ピーマンとベーコンのみそカレー トックパン | 4日 マーボーなす ツナにんじんごはん (SDGsメニュー) 具だくさん汁 (SDGsメニュー) | 5日 豚肉のトマトソースが むぎごはん 油揚げとキャベツのみそ汁 | 6日 すりおろし カミカミサラダ ソフト ジャージャーめん 具 |
| 9日 なし 千草あえ 豚肉のねぎ塩炒め むぎごはん 中華スープ | 10日 ぶどう (2) フレンチサラダ いちごジャム コーンシチュー コッペパン | 11日 ひじきの炒め煮 いわしのしょうが ごはん 玉ねぎのみそ汁 | 12日 海藻とツナのサラダ かつおの手作りふりかけ ごはん 肉じゃが | 13日 のりあえ ごはん すまし汁 |
| 16日 敬老の日 | 17日 ☆お月見献立☆ お月見ゼリー (なし味) 三色おひたし うさぎ型ハンバーグ やさいふりかけ むぎ 油揚げと豚汁 | 18日 納豆 切り干し大根の含め むぎ 豚汁 | 19日 ☆防災食献立☆ フルーツヨーグルトあえ わかめのあえもの カレーのふくろを びんであけて ごはんにかけて むぎごはん レトルトカレー | 20日 土佐漬け 大学かぼちゃ ソフトめん きつねうどん |
| 23日 振替休日 | 24日 ◎5年生宿泊学習のため欠 ☆お彼岸献立☆ 野菜のごまあ スペイン風オムレツ きりこぶごはん 凍り豆腐とごはんにのせて | 25日 ◎5年生宿泊学習のため欠 ◎3年生遠足のため弁当日 豆乳プリン 豚キムチいた 豚キムチ丼 かきたま汁 | 26日 ☆音楽の都ウィーンの献立☆ 野菜サラダ バックヘンデル (ウィーン風フライドチキン) ギョーザ じゃがいもの コッペパン | 27日 ◎1年生遠足のため弁当日 小松菜のからしあえ 鮭の三味焼き ごはん きのこ汁 |
| 30日 刻み昆布の香味あえ ホタテシューマイ むぎごはん マーボー豆 | ◎9月の給食紹介◎ ・9/4(水)…未来を担う小学生のみなさんに「持続可能な社会の実現」について考えてもらうようになるように「SDGs給食」を出します。いつもの給食よりも生ごみを減らすために「ツナにんじんごはん」にんじんは皮付きのまま使い、「具だくさん汁」のしいたけはいづきというじくの部分も使います。 ・9/17(火)…今年の十五夜は9月17日です。給食ではうさぎの形をした「うさぎ型ハンバーグ」となし味の「お月見ゼリー」を出します。 ・9/19(木)…9月1日は「防災の日」です。日には少しずれますが、9/19の給食では学校で非常用として備蓄されていたレトルトカレーを食べます。日常的に非常食を食べて、食べたらいすことを繰り返し、常に新しい非常食を備蓄する方法を「ローリングストック法」と言います。これを機会にお家でも非常時に備 | | | |

Main menu table with columns for date, dish name, and ingredients/nutrition. Includes special days like '敬老の日' and '振替休日'.

Nutrition summary table with columns for month, energy, protein, fat, calcium, iron, etc.

☆食中毒防止のため、野菜・果実は流水で3回以上洗浄しています。サラダ・和え物等に使用する材料は加熱して冷ましてから使用しています。
☆価格変動等により献立や材料を変更する場合があります。ご了承ください。