

れいわ3ねん 9がつのこんだて



日	曜日	パン ごはん	ふりかけ など	のみ もの	おおきいおかず	ちいさいおかず		くだもの デザート	ひとこと
2	木	ごはん		ぎゅうにゅう 	ごじる	えいようまん てんどんのぐ	きびなごフライ (重さで配る)		A
3	金	はいが ごはん		ブルー はっこう乳	ポークカレー	ごまずあえ			B
4	土	枝豆 ごはん		ぎゅうにゅう 	ツナじゃが	からししょうゆあえ			A
7	火	まる パン		ぎゅうにゅう 	クリームスープ	さかなフライ	ラトウイユ		B
8	水	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	にらたまスープ	マーボーなす			A
9	木	しょく パン		ぎゅうにゅう 	やさいのスープに	ツナサンドのぐ			B
10	金	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	みそしる	ぶたかくに どんのぐ	ぶどうめめ		A
13	月	チーズ パン		ぎゅうにゅう 	スパゲティ トマトソース	やさいサラダ		ミックス フルーツ	B
14	火	はいが パン		ぎゅうにゅう 	チリコンカーン	ひじきサラダ 【ドレッシング】			香辛料の 働き
15	水	ごはん		ぎゅうにゅう 	みそしる	いわしのかばやき (1人2枚)	そくせきづけ		全年 ごはん多め
16	木	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	つきみじる	にくそぼろ	いそかあえ		9/21は 十五夜
17	金	ナン		ぎゅうにゅう 	カレービーンズ シチュー	コーンサラダ		もも ジュレ	旬の食品 桃
21	火	ごはん		ぎゅうにゅう 	とうがんのすましじる	さばのみそに	ごましょうゆあえ		バランスの よい食事
22	水	ごはん		ぎゅうにゅう 	たまごトマト のスープ	ホイコーロー		グレープ ゼリー	低学年 ごはん多め
24	金	ごはん		ぎゅうにゅう 	すましじる	かつおの ごまみそあえ	きゅうりの ばいにくあえ		旬の食品 かつお
27	月	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	わかめスープ	ビビンバ 【にく】【ひじきのナムル】			全年 ごはん多め
28	火	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	すましじる	にんじんごはん のぐ	こおりとうふの そぼろに		黄の食べ物 さとう
29	水	ぶどう パン		ぎゅうにゅう 	やさいスープ	メヒカリフライ (重さで配る)	じゃがいもの ソテー		ぶどうの 加工品
30	木	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	みそしる	ぶたにくとやさいのしょうがいため			しょうが の働き

きゅうしよくもくひょう きょうりよく たの しょくじ ば
☆給食目標: 協力して楽しい食事の場をつくろう。

こんげつ な
☆今月のはま菜ちゃん → なす

