

★ ☆ 9 月 の 献 立 ★ ☆

Monday 月	Tuesday 火	Wednesday 水	Thursday 木	Friday 金
1日	2日	3日	4日	5日
〈始業式〉	＊チキンカレーライス ＊海藻サラダ ＊冷凍みかん ＊牛乳	＊セルフフィッシュバーガー ＊チキンポトフ ＊牛乳	＊ご飯 ＊鶏肉と大豆の中華炒め ＊中華風コンスープ ＊牛乳	＊ジャージャー麺 ＊春巻き ＊牛乳
8日	9日	10日	11日	12日
＊鶏おこわ ＊ひじき入り卵焼き ＊味噌汁 ＊牛乳	＊中華丼 ＊生揚げの坦々スープ ＊アップルゼリー ＊牛乳 〈鉄強化献立〉	＊きなこトースト ＊さつまいものクリーム煮 ＊コールスローサラダ ＊牛乳	 〈中間考査〉	＊ツナ人参ご飯 ＊鶏肉の照り焼き ＊大根と油揚げの味噌汁 ＊牛乳 〈中間考査〉
15日	16日	17日	18日	19日
〈敬老の日〉	＊キムチチャーハン ＊魚の長ねぎソース ＊わかめと卵のスープ ＊牛乳	＊黒砂糖コッペ ＊かぼちゃグラタン ＊レンズ豆のスープ ＊牛乳	＊かけわかめうどん ＊ゆで野菜のごま和え ＊スティックポテト ＊牛乳	＊ご飯 ＊ししゃものカレー揚げ ＊生揚げと玉葱の旨煮 ＊牛乳
22日	23日	24日	25日	26日
＊ポテトピラフ ＊魚のピザ焼き ＊洋風卵スープ ＊牛乳	〈秋分の日〉	＊ツナトースト ＊ポークビーンズ ＊梨 ＊牛乳	＊昆布ご飯 ＊肉豆腐 ＊きゃべつのあっさりおひたし ＊牛乳	＊トマトスパゲッティ ＊豆サラダ ＊ヨーグルトケーキ ＊牛乳
29日	30日	★9月の給食目標：偏食をなくそう ★9月の栄養目標：自分の体の成長を知ろう ★9月のおすすめ給食はこちら★ ・9日（火）鉄分強化献立：成長期に必要な鉄分を強化した献立です。 ～旬の食材もたくさん登場します。お楽しみに～		
＊ご飯 ＊魚の香味焼き ＊肉じゃが ＊牛乳	＊親子丼 ＊豚汁 ＊ぶどうゼリー ＊牛乳			

※1日（月）始業式、11日（木）中間考査・・・給食はありません。