

9月 給食献立表

| 日 | 曜 | 主食 | 給食 | おやつ の 飲み物 | おやつ |
|----|---|--------|--------------------------------|-----------------|-----------------|
| 1 | 木 | 玄米ごはん | マーボー豆腐煮・きゅうり・トマト・ワンタンスープ・梨 | お茶 | おにぎり かえり |
| 2 | 金 | | ハヤシライス・レタスのコールスローサラダ・オレンジ | 牛乳 | ヨーグルト パフェ |
| 3 | 土 | | あんかけチャーハン・果物 | | |
| 5 | 月 | ごはん | 若鶏の照り焼き・キャベツのコールスローサラダ・スープ・りんご | 牛乳 | きな粉 ドーナツ |
| 6 | 火 | 麦ごはん | 魚のオランダ揚げ・青菜のおかか和え・味噌汁・バナナ | お茶 | クッキー パピコ |
| 7 | 水 | 玄米ごはん | 肉と野菜のスープ・レタスの中華サラダ・梨 | お茶 | ブラマンジェ |
| 8 | 木 | | ビビンバ丼・じゃがいものスープ・オレンジ | 大山牛乳 | おにぎり |
| 9 | 金 | ごはん | 鶏とあらめの煮物・揚げかぼちゃ・豆腐の味噌汁・りんご | 牛乳 | せんべい 梨 |
| 10 | 土 | | カレーピラフ・果物 | | |
| 12 | 月 | ごはん | 豚しゃぶサラダ・トマト・豆乳コーンスープ・梨 | 牛乳 | 応援食クッキー ぶどう |
| 13 | 火 | 十五穀米 | 若鶏のから揚げ・もやしのナムル・冬瓜スープ・バナナ | お茶 | じゃこ チャーハン |
| 14 | 水 | 玄米ごはん | 牛肉の香り焼き・ポテトサラダ・味噌汁・りんご | 牛乳 | サンドイッチ |
| 15 | 木 | ごはん | 大豆とエビのかき揚げ・ブロッコリー和え・味噌汁・オレンジ | 牛乳 | ヨーグルト パフェ |
| 16 | 金 | | 三色丼・煮豆・かぼちゃの味噌汁・梨 | お茶 | 蒸し芋 |
| 17 | 土 | | ケチャップライス・果物 | | |
| 19 | 月 | | ＜敬老の日＞ | | |
| 20 | 火 | ごはん | 魚のレモン揚げ・大根のおかかマヨ和え・さつま汁・バナナ | 牛乳 | ホットケーキ |
| 21 | 水 | 米粉パン | チキンチリコンカーン・ブロッコリーサラダ・りんご | お茶 | おにぎり かえり |
| 22 | 木 | | カレーライス・ヨーグルトサラダ | 牛乳 | せんべい 梨 |
| 23 | 金 | | ＜秋分の日＞ | | |
| 24 | 土 | | ピラフ・果物 | | |
| 26 | 月 | 玄米ごはん | ハンバーグ・もやしのゴマサラダ・野菜スープ・オレンジ | 牛乳 | ウエハース パイナップル |
| 27 | 火 | わかめごはん | カレーポテト・青菜のじゃこ炒め・ベーコンの味噌汁・バナナ | お茶 | 手作り 肉まん |
| 28 | 水 | ごはん | 魚の味噌煮・野菜の炊き合わせ・豆腐のすまし汁・梨 | 牛乳 | クッキー バナナ |
| 29 | 木 | 玄米ごはん | レバーの香り揚げ・マカロニサラダ・ジャガイモのスープ・バナナ | 大山牛乳 | いなり寿司 |
| 30 | 金 | | ドライカレー・フレンチサラダ・りんご | お茶 | フライドポテト |
| | | | | | |

★この献立は予定ですので、都合により変更することがあります。