



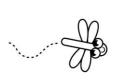


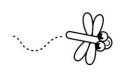
9月 (京林*立*表 (京



日	曜日	☆お知らせ	牛乳	献立	赤色の仲間	黄色の仲間	緑色の仲間	エネルギー	蛋白質
	П	אמאטע			体を作る	熱や力となる	体の調子を整える	kcal	g
2	月		0	プルコギ丼 揚ワンタンサラダ タピオカフルーツ	豚肉	米 麦 タピオカ ワンタン皮 ごま	にら にんじん 玉ねぎ もやし 干椎茸 しょうが きゃべつ みかん パイン もも りんご	816	26. 4
3	火	☆季節の献立	0		豚肉 大豆 ベーコン たまご チーズ	パン じゃが芋 小麦粉 バター	にんじん トマト こまつな 玉ねぎ しょうが セロリ レタス	816	33. 5
4	水		0	ご飯 鶏の照り焼き 生姜和え さつま汁	鶏肉 生揚げ みそ	米 さつま芋 こんにゃく	こまつな にんじん もやし ごぼう だいこん 干椎茸 ねぎ	767	29. 4
5	木		0	アマトリチャーナ 夏野菜のレモン煮 巨峰	ベーコン チーズ 鶏肉	ペンネ	トマト にんじん いんげん アスパラ かぼちゃ 玉ねぎ なす ピーマン ズッキーニ レモン 巨峰	748	25. 6
6	金		0	ご飯 にら玉汁 肉じゃが ヨーグルト	豚肉 生揚げ 豆腐 たまご ヨーグルト	米 じゃが芋 こんにゃく	にんじん にら 玉ねぎ 干椎茸 枝豆 ねぎ	818	29. 2
9	月			チリビーンズライス チーズサラダ 梨	豚肉 隠元豆 チーズ	米 じゃが芋 バター	にんじん トマト 玉ねぎ ブロッコリー きゃべつ マッシュルーム きゅうり コーン 梨	768	25. 4
10	火			メープルシロップトースト 鉄分サラダ かぼちゃのクリーム煮	ツナ 鶏肉 隠元豆 わかめ 生クリーム	パン アーモンド メープルシロップ ごま バター	こまつな にんじん 玉ねぎ ピーマン かぼちゃ パセリ きゃべつ エリンギ	783	26. 1
11	水			ご飯 海苔佃煮 魚のねぎみそ焼き ごま和え むらくも汁	さわら みそ 鶏肉 豆腐 たまご のり	米 ごま	にんじん こまつな ねぎ しょうが きゃべつ もやし えのき 巨峰	780	33. 3
12	木		N N N N N N N N N N N N N N N N N N N	前期期末考査	1日目 ※	給食はありまし	せん。		
13	金	☆ 十五夜献立	0	かき玉うどん 五目きんぴら 月見団子	鶏肉 たまご 豚肉 きなこ	うどん こんにゃく 上新粉 白玉粉 ごま	にんじん こまつな 玉ねぎ えのき ねぎ れんこん ごぼう	748	26. 5
17	火		0	わかめご飯 ビーンズコロッケ 磯和え みそ汁	大豆 豚肉 たまご 生揚げ みそ わかめ		にんじん こまつな えのき 玉ねぎ きゃべつ ねぎ	917	30. 6
18	水	☆かむカムデー	0	パン マカロニスープ 魚のきのこソースがけ じゃが芋のチーズソテー	かれい 鶏肉 チーズ	パン じゃが芋 マカロニ バター	にんじん パセリ こまつな えのき エリンギ 玉ねぎ きゃべつ	748	35. 5
19	木		0	ゆずこしょうパスタ ししゃもの変わり揚げ フルーツヨーグルト	鶏肉 ヨーグルト ししゃも たまご	パスタ はちみつ バター	にんじん こまつな パセリ 玉ねぎ しめじ みかん パイン もも	753	29. 9
20	金	★もりもり給食 ウィーク ☆季節の献立		栗おこわ 秋刀魚の塩焼き 甘酢和え すまし汁	さんま 豆腐 わかめ	米 もち米 栗	こまつな にんじん えのき きゅうり きゃべつ	753	27. 0
24	火		0	セルフフィッシュサンド ポトフ きのこサラダ	メルルーサ たまご 豚肉 うずら卵	パン じゃが芋	にんじん かぶ きゃべつ 玉ねぎ セロリ きゅうり まいたけ エリンギ えのき	794	35. 9
25	水		0	ピリ辛ラーメン 芋と大豆のゆかり和え パイナップル	豚肉 みそ たまご 大豆		にんじん こまつな キムチ パイン	799	28. 7
26	木	•		コーンピラフ 魚のスパイシーフライ ミネストローネ	豚肉 はたはた 鶏肉 隠元豆		にんじん ピーマン トマト 玉ねぎ コーン きゃべつ	751	25. 9
27	金	☆野菜の日 献立	0	麻婆なす丼 もやしのナムル おかしな目玉焼き	豚肉 生揚げ みそ 寒天 カルピス	米 麦 ごま	にんじん にら こまつな なす 玉ねぎ きゅうり もやし もも	836	25. 2
30	月			ドライカレー カントリーサラダ オニオンポタージュ	鶏肉 えび いか 豆乳 生クリーム 大豆	米 麦 バター	にんじん ピーマン パセリ 玉ねぎ セロリ きゃべつ きゅうり コーン	748	23. 9

※学校行事、給食予算、食材料の都合により献立を変更する場合があります。





[※]両面印刷で、裏は「食育だより」です。

[※]牛乳は毎日つきます。