

8・9月 給食こんだて表



宇川小学校

月	火	水	木	金
	27	28	29	30
	麦ごはん 夏野菜カレー 福神漬け フルーツポンチ	ごはん(減量) 冷やしうどん ひじきのあえもの 納豆みそ	ごはん サバの竜田揚げ 青じそあえ かぼちゃのみそ汁	ごはん チーズ千歳 中華スープ キラキラトマトゼリー
9/2	3	4	5	6 <small>苗の日</small>
メキシカンライス ジャがいものサラダ アヒアッコ (コロンビア風スープ) トマト	ごはん 白身魚のバジルマヨ焼き 海藻サラダ ジュリエンヌスープ	ごはん(減量) 冷やし中華 厚揚げのみそ炒め りんごゼリー	ごはん スタミナ肉じゃが 磯ひじきあえ いもづるの煮つけ	麦ごはん イカの南蛮漬け ゆかりあえ 豆腐のすまし汁
9	10	11	12	13 <small>中秋の名月</small>
ハリハリとほろ丼 キャベツのごま酢あえ 夏ののっぺい汁	ごはん 万願寺となすの ミートグラタン コールスローサラダ コンソメスープ	ごはん かぼちゃと鶏肉の 辛味炒め 千草漬け わかめの味噌汁	クッパ ビーフンサラダ 梨	ごはん(特別栽培米) サバの梅煮 ピーマンの昆布あえ お月見団子汁
16	17	18	19 <small>たんご・食の日</small>	20
敬老の日	ごはん(特別栽培米) 鶏肉の パーベキューソース グリーンサラダ マカロニスープ	ごはん(特別栽培米) マーボーなす 春雨サラダ 大豆とじゃこの スナック	ごはん(特別栽培米) キスとかぼちゃの天ぷら きゅうりとなすの佃煮漬け 冬瓜のうすくず汁	ひじきごはん(特別栽培米) ササミと野菜のごまだれあえ さつまいものみそ汁 ぶどう
23	24	25	26	27
秋分の日	ごはん	ごはん	ごはん	大根菜めし
30	千キンカツ	豆腐の中華風煮	キスのエスカパージュ	秋なすの田楽
お楽しみ献立 (4年生)	キャベツとみかんのサラダ ジャがいものみそ汁	もやしの塩ナムル マーラーカオ	粉ふきいも 団子入りスープ	吉野煮 オレンジ

※ 価格等の関係で献立内容を変更する場合があります。ご了承ください。

19日 「たんご・食の日」は京丹後市でとれたものをたくさん使って作られています。

「冬瓜」は「冬」という漢字が使われていますが、夏に収穫されます。95%が水分ですが、ビタミンCを含んでいます。

