



9月のこんだてひょう

京丹後市立大宮南小学校

月	火	水	木	金
1日	2日	3日	4日	5日
がっしきぎょうしき 2学期始業式 ・ガパオライス (麦ごはん) ・いためビーフン ・ぶどうゼリー ・牛乳	・ベーコンライス ・鶏肉とピーマンのソテー ・ジュリエンスープ ・ミニトマト ・牛乳	・ごはん ・すき焼き風煮 ・小松菜の昆布いため ・レモンゼリー ・牛乳	・ごはん ・さばのみそ煮 ・きゅうりとわかめの酢のもの ・いも団子汁 ・牛乳	・ごはん ・なすチーズバーグ ・コーンソテー ・マカロニスープ ・牛乳
6日(土)	9日	10日	11日	12日
こてきはつびょう 鼓笛発表 ・わかめごはん ・冷やしうどん ・ささみと野菜のソテー ・バナナ ・牛乳 8日(月) ふりかえきゅうぎょうび 振替休業日	は 歯の日 ・麦ごはん ・カレーどうふ ・切干大根のポン酢いため ・無限きゅうり ・牛乳	ぼうさい 9/1防災の日献立 ・ごはん ・高野どうふのうま煮 ・たくあんあえ ・栄養すいとん汁 ・牛乳	こんだて まごわやさしい献立 ・ごはん ・ホキのごまみそかけ ・きんぴらごぼう ・厚あげのみそ汁 ・牛乳	・ごはん ・春雨入りマーボーなす ・ひじきの香味いため ・ぶどう ・牛乳
15日	16日	17日	18日	19日
けいろう 敬老の日	とくべつさいばいまい ごはん(特別栽培米) ・豚肉のしょうがいため ・キャベツのごま酢あえ ・ふのみそ汁 ・牛乳	とくべつさいばいまい キムタクごはん(特別栽培米) ・じゃがいもとツナのいため物 ・かきたまスープ ・牛乳	しょく たんご・食の日 ・ごはん(特別栽培米) ・きすとかぼちゃの天ぷら ・いもづるの煮つけ ・冬がんのうすくず汁 ・牛乳	5年生 リクエスト献立 ・ごはん(特別栽培米) ・ヤンニョムチキン ・じゃがいものしょうゆドレッシング ・コンソメスープ ・カフェオレゼリー ・牛乳
22日	23日	24日	25日	26日
・ごはん ・夏野菜の米粉かきあげ ・ゆかりあえ ・豚汁 ・牛乳	しゅうぶん 秋分の日	・はりはりそぼろ丼 ・いそかあえ ・沢煮碗 ・牛乳	せかいりょうり 世界の料理・イギリス ・ごはん ・フィッシュ&チップス ・キャベツとみかんのサラダ ・スコッチブロス ・牛乳	・ごはん ・かぼちゃの春巻き ・ベーコンとひじきのいため物 ・五目スープ ・牛乳
29日	30日	こんだて まごわやさしい献立(9月11日) 9月15日の「敬老の日」にちなんだ献立です。「まごわ(は)やさしい」とは、健康的な食生活を送るための食材の頭文字の語呂合わせで、この言葉を意識して食材を選べと、バランスのよい食事につながります。 *「まごわやさしい」とは？ (ま) …まめ(大豆・大豆製品) (ご) …ごまなどの種実類 (わ) …わかめなどの海藻類 (や) …やさしい (さ) …さかな (し) …しいたけなどのきのこ類 (い) …いも類 給食では、厚あげ、みそ、ごま、わかめ、ごぼうなどの野菜、ホキ、しいたけ、じゃがいもを使います。		
・ごはん ・鶏肉と玉ねぎのオイスターいため ・梨のサラダ ・ワントンスープ ・牛乳	だいこんなめし 大根菜飯 ・キスのからあげ ・キャベツの煮びたし ・さつまいものみそ汁 ・牛乳			

都合により、献立を変更することがあります。