



# 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                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                 | <div>しぎょうしき<br/>始業式</div> <ul style="list-style-type: none"><li>なつやさい<br/>・夏野菜のカレーライ<br/>ス(麦ごはん)</li><li>・キャベツと<br/>コーンのサラダ</li><li>・メロンソーダゼリー</li><li>・牛乳</li></ul>                                                          | <ul style="list-style-type: none"><li>・ゆかりごはん</li><li>・ポークビーンズ</li><li>・フレンチサラダ</li><li>・梨</li><li>・牛乳</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>・ごはん</li><li>しろみぎかな なつやさい<br/>・白身魚の夏野菜<br/>ソース焼き</li><li>やさい<br/>・野菜のソテー</li><li>・コンソメスープ</li><li>ぎゅうにゅう<br/>・牛乳</li></ul>                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"><li>・ごはん</li><li>なつやさい<br/>・夏野菜の<br/>こめこ<br/>米粉かきあげ</li><li>・キャベツときゅうり<br/>のゆかりあえ</li><li>ぶたにく<br/>・豚肉とレタスの<br/>しる<br/>みそ汁</li><li>ぎゅうにゅう<br/>・牛乳</li></ul>                                                     |
| 7日                                                                                                                                                                                                                                                               | 8日                                                                                                                                                                                                                            | 9日                                                                                                                                                                                                  | 10日                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 11日                                                                                                                                                                                                                                               |
| <ul style="list-style-type: none"><li>・ごはん</li><li>・ツナチーズ春巻き</li><li>・昆布炒め</li><li>とうがん<br/>・冬瓜のうすくず汁</li><li>ぎゅうにゅう<br/>・牛乳</li></ul>                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"><li>・ごはん</li><li>にく<br/>・肉まん</li><li>・チャプチェ</li><li>・わかめスープ</li><li>ぎゅうにゅう<br/>・牛乳</li></ul>                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"><li>・ごはん</li><li>・あげさばのピリ辛<br/>ソースかけ</li><li>なつやさい<br/>・夏野菜のごまあえ</li><li>あつ<br/>・厚あげのみそ汁</li><li>ぎゅうにゅう<br/>・牛乳</li></ul>                                         | <ul style="list-style-type: none"><li>・ごはん</li><li>まんがんじ<br/>・万願寺となすの<br/>ミートグラタン</li><li>・きのこのソテー</li><li>・ベーコンのスープ</li><li>ぎゅうにゅう<br/>・牛乳</li></ul>                                                                                                                                                   | <div>ぼうさい ひ こんだて<br/>防災の日(1日)献立</div> <ul style="list-style-type: none"><li>・ごはん</li><li>こうや<br/>・高野でマーボー</li><li>きりぼしだいこん<br/>・切干大根とコーンの<br/>いた もの<br/>炒め物</li><li>・フルーツゼリー</li><li>ぎゅうにゅう<br/>・牛乳</li></ul>                                     |
| 12日(土)                                                                                                                                                                                                                                                           | 15日                                                                                                                                                                                                                           | 16日                                                                                                                                                                                                 | 17日                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 18日                                                                                                                                                                                                                                               |
| <div>こてきはっぴょう<br/>鼓笛発表</div> <ul style="list-style-type: none"><li>・ごはん</li><li>とくべつさいばいまい<br/>(特別栽培米)</li><li>ひ<br/>・冷やしうどん</li><li>い ごもくいた<br/>・ひじき入り五目炒め</li><li>むげん<br/>・無限きゅうり</li><li>ぎゅうにゅう<br/>・牛乳</li></ul> <div>14日(月)<br/>ふりかききゅうぎょうび<br/>振替休業日</div> | <div>せかい りょうり<br/>世界の料理<br/>フィリピン</div> <ul style="list-style-type: none"><li>しんまい<br/>・新米ごはん<br/>とくべつさいばいまい<br/>(特別栽培米)</li><li>・カレーどうふ</li><li>・こんにゃくの<br/>つるつる炒め</li><li>どうにゅう<br/>・豆乳プリン</li><li>ぎゅうにゅう<br/>・牛乳</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>しんまい<br/>・新米ごはん<br/>とくべつさいばいまい<br/>(特別栽培米)</li><li>・カレーどうふ</li><li>・こんにゃくの<br/>つるつる炒め</li><li>どうにゅう<br/>・豆乳プリン</li><li>ぎゅうにゅう<br/>・牛乳</li></ul>               | <div>たんご・しょく<br/>たんご・食の日</div> <ul style="list-style-type: none"><li>しんまい<br/>・新米ごはん<br/>とくべつさいばいまい<br/>(特別栽培米)</li><li>・キスの南蛮漬</li><li>・いもづるの煮つけ</li><li>・なす入り豚汁</li><li>ぎゅうにゅう<br/>・牛乳</li></ul>                                                                                                      | <div>こんだて<br/>まごわやさしい献立<br/>は ひ<br/>歯の日</div> <ul style="list-style-type: none"><li>しんまいむぎ<br/>・新米麦ごはん<br/>とくべつさいばいまい<br/>(特別栽培米)</li><li>とりにく だいず<br/>・鶏肉と大豆の<br/>あまから<br/>甘辛がらめ</li><li>・わかめのパー</li><li>・のっぺい汁</li><li>ぎゅうにゅう<br/>・牛乳</li></ul> |
| 21日                                                                                                                                                                                                                                                              | 22日                                                                                                                                                                                                                           | 23日                                                                                                                                                                                                 | 24日                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 25日                                                                                                                                                                                                                                               |
| <div>けいろ う ひ<br/>敬老の日</div>                                                                                                                                                   | <div>こくみん きゅうじつ<br/>国民の休日</div>                                                                                                            | <div>しゅうぶん ひ<br/>秋分の日</div>                                                                                     | <div>じゅうごや こんだて<br/>十五夜(25日)献立</div> <ul style="list-style-type: none"><li>・ごはん</li><li>あつ<br/>・厚あげのみそ炒め</li><li>つきみだんごじり<br/>・お月見団子汁</li><li>ぶどう</li><li>ぎゅうにゅう<br/>・牛乳</li></ul>                                 | <ul style="list-style-type: none"><li>・ごはん</li><li>いしがき<br/>・キスの石垣フライ</li><li>・いそひじきあえ</li><li>・さつまいものみそ汁</li><li>ぎゅうにゅう<br/>・牛乳</li></ul>                                                                                                        |
| 28日                                                                                                                                                                                                                                                              | 29日                                                                                                                                                                                                                           | 30日                                                                                                                                                                                                 | まごわやさしい献立&歯の日(18日)                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <div>ねんせい こんだて<br/>5年生リクエスト献立</div> <ul style="list-style-type: none"><li>・キムチチャーハン</li><li>・中華サラダ</li><li>・ワンタンスープ</li><li>・カフェオレゼリー</li><li>ぎゅうにゅう<br/>・牛乳</li></ul>                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"><li>だいこんな<br/>・大根菜めし</li><li>にく<br/>・肉じゃが</li><li>ずいた<br/>・もやしのポン酢炒め</li><li>まめ にももの<br/>・うずら豆の煮物</li><li>ぎゅうにゅう<br/>・牛乳</li></ul>                                                          | <ul style="list-style-type: none"><li>・ごはん</li><li>とり<br/>・あげ鶏のオニオン<br/>ソース</li><li>なし<br/>・梨のサラダ</li><li>・かきたまスープ</li><li>ぎゅうにゅう<br/>・牛乳</li></ul>                                                 | <p>9月21日の「敬老の日」にちなんで「まごわやさしい」献立と、8がつく日の「歯の日」を合体させました。「まごわやさしい」は、健康的な食生活を送るための食材の頭文字です。調べてみてね！</p> <div>じゅうごや こんだて きゅうしよく<br/>十五夜献立(※給食では24日にします)</div> <p>今年の「十五夜」は9月25日です。</p> <p>調理員さん手作りのお月見団子汁が出ます。お楽しみに☆</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                   |

都合により、献立を変更することがあります。