



# 8.9 月こんだて表

京丹後市立丹後小学校



月	火	水	木	金
8・29	30	31	9・1	2
ガパオライス きゅうりと パインのサラダ みかんゼリー ぎゅうにゅう 牛乳	げんりょう 減量ごはん ひ 冷やしうどん ごもくいた 五目炒め なっとう 納豆みそ ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん さわら たつた あ 鱈の竜田揚げ なつやさい 夏野菜の あ ごまみそ和え しる すまし汁 ぎゅうにゅう 牛乳	カレーライス ハンバーグのせ ふくじんづ 福神漬け フルーツポンチ ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん ぶたにく 豚肉のショウガ いた 炒め かぼちゃのサラダ しる キャベツのみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳
5	6	7	8	9
げんりょう 減量わかめごはん ひ 冷やし中華 豚肉と野菜の ソテー ぶどう ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん イカのかりん揚げ いも 芋づるの煮つけ かぼちゃのみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん ちくわの変わり あ 揚げ きゅうりの酢のもの ジャガイモの そぼろ煮 ぎゅうにゅう 牛乳	とりにく 鶏肉のさっぱり煮 に キャベツの こんぶ 昆布和え つきみだんごしる お月見団子汁 ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん かぼちゃの春巻き フライドポテト まめ ひじき豆 しる ふのすまし汁 ぎゅうにゅう 牛乳 弁当準備のお願い 1~4 年社会見学
12	13	14	15	16
ごはん(特裁米) サバのカレー焼き キャベツの煮び たし なすのみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳	キムタクごはん とくさいまい (特裁米) ジャガイモと ツナのソテー うすらたまご 卵のスープ ぶどうゼリー ぎゅうにゅう 牛乳	メキシカンライス なし 梨のサラダ にくだんご 肉団子スープ ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん(特裁米) チーズダッカルビ き ぼ だいこん 切り干し大根の ナムル わかめスープ ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん(特裁米) なつやさい 夏野菜のかき揚げ あ ゆかり和え とうがん うす じる 冬瓜の薄くす汁 ぎゅうにゅう 牛乳 ※5年 社会見学 見学先で昼食
19	20	21	22	23
けいろう ひ 敬老の日  	ごはん なすチーズバーグ いも こふき芋 コンソメスープ ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん なんばんづ キスの南蛮漬け ちくさづ 干草漬け とうふ 豆腐のすまし汁 ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん あつ あ ちんげんさい 厚揚げと青梗菜 ちゅうか ふうに の中華風煮 パンサンスー こくとう 黒糖マフィン ぎゅうにゅう 牛乳	しゅうぶん ひ 秋分の日  
26	27	28	29	30
ごはん マーボー 麻婆なす いた 炒めビーフン なし ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん とりにく こうそう や 鶏肉の香草焼き ジャガイモの きんぴら さわに わん 沢煮椀 ぎゅうにゅう 牛乳	むぎ 麦ごはん あ じゃこカレー揚げ き ぼ だいこん 切り干し大根の ちゅうか いた 中華炒め たまご 卵スープ ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん いそに 磯煮 むげん 無限きゅうり てっか 鉄火みそ ぎゅうにゅう 牛乳	だいこんなめし 大根菜飯 に キスの煮つけ こんぶ ピーマンの昆布 あ 和え とうふ 豆腐のみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳