



献立表



予定献立表（材料の都合上献立を変更することがあります。また、高校にも同様の献立表を配布していますが、高校は牛乳はつきませんのでご了承願います。）

小学校、中学校、高校用

月	火	水	木	金
<p>★9月10日は十五夜(お月見)です★</p> <p>秋はお月見の季節ですが、お月見の日付は毎年変わります。今年、2022日は9月10日（土）が十五夜になります。十五夜は秋の美しい月を鑑賞しながら、秋の収穫に感謝をする行事で、「中秋の名月」とも呼ばれています。十五夜に月見団子やすずき、いもなどの収穫物を供えるのは、さまざまな物事が実ったことに対する感謝と祈りをささげるため、日本文化の特徴です。 給食では、十五夜の前日9日（金）に「ごま団子」が登場しますので、お楽しみに！</p>			<p>1</p> <p>ご飯 牛乳 ザンタレ チョコレギサラダ すまし汁（豆麩、つと）</p>	<p>2</p> <p>あんかけ焼きそば 牛乳 春巻き</p>
体温や働く力	<p>ご飯、豆麩、ごま</p>			
からだを作る	<p>鶏肉、つと巻き、のり、牛乳</p>			
調子を整える	<p>キャベツ、にんじん、長ねぎ</p>			
5	6	7	8	9
<p>ご飯 牛乳 照り焼き肉団子（1人2個） きゅうりとわかめの酢の物 肉じゃが</p>	<p>黒糖パン 牛乳 チーズオムレツ ハムのマリネサラダ コンソメスープ（ぶなしめじ）</p>	<p>ご飯 牛乳 たらの甘酢あんかけ 海藻サラダ みそ汁（油揚げ）</p>	<p>三食そばろ丼 牛乳 もやしサラダ 豚汁</p>	<p>かしわうどん 牛乳 ごま団子</p>
体温や働く力	<p>ご飯、じゃがいも、ごま</p>			
からだを作る	<p>鶏肉、大豆、ちくわ、わかめ、豚肉、牛乳</p>			
調子を整える	<p>いんげん、玉ねぎ、きゅうり、にんじん、しらたき</p>			
12	13	14	15	16
<p>チャーハン 牛乳 焼売（1人2個） 春雨サラダ 白菜スープ</p>	<p>たまごパン 牛乳 ハンバーグ マカロニサラダ イタリアンスープ</p>	<p>ご飯 牛乳 鮭キャベツカツ 納豆 みそ汁（もやし）</p>	<p>ご飯 牛乳 豚肉とえのきたけのしぐれ煮 たたきごぼう かき玉汁</p>	<p>しょうゆラーメン 牛乳 中華風ラビオリ</p>
体温や働く力	<p>ご飯、はるさめ、ごま</p>			
からだを作る	<p>鶏卵、豚肉、鶏肉、ハム、牛乳</p>			
調子を整える	<p>えのきたけ、長ねぎ、白菜、きゅうり、にんじん、玉ねぎ、しいたけ、グリーンピース</p>			
19	20	21	22	23
<p>敬老の日</p>	<p>ベビーパン 牛乳 チキンのガーリックソテー 野菜サラダ コンソメスープ（玉ねぎ）</p>	<p>ご飯 牛乳 赤魚の塩こうじ焼き キャベツの塩昆布和え みそ汁（なめこ）</p>	<p>ポークカレー 牛乳 フルーツのヨーグルト和え</p>	<p>秋分の日</p>
体温や働く力	<p>ベビーパン</p>			
からだを作る	<p>鶏肉、ベーコン、ハム、牛乳</p>			
調子を整える	<p>エリンギ、玉ねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン</p>			
26	27	28	29	30
<p>ご飯 牛乳 チンジャオロース 棒棒鶏サラダ 中華風みそスープ</p>	<p>クロワッサン 牛乳 かぼちゃひき肉フライ スパゲティソテー ポトフ</p>	<p>ご飯 牛乳 さばのカレー煮 白和え もずくスープ</p>	<p>きのこご飯 牛乳 揚げだし豆腐 ひじきサラダ みそ汁（大根）</p>	<p>元気くんの日</p> <p>元気くんスパゲティ 牛乳 ピーチミルクデザート</p>
体温や働く力	<p>ご飯、ごま</p>			
からだを作る	<p>豚肉、鶏肉、わかめ、牛乳</p>			
調子を整える	<p>きゅうり、にんじん、もやし、ごぼう、玉ねぎ、ピーマン、たけのこ、長ねぎ</p>			