



9月 よてい にんだて表



5年度

白川町学校給食センター

TEL72-1240

FAX72-1465

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>「お彼岸献立」21日・22日 今年のお彼岸は9/20～26です。 給食センターでは、朝からおはぎを手作りします。 行事食の「おはぎ給食」を、お楽しみに!!</p> <p>9月21日(水) 保育園、中学校 おはぎ 小学校 ごはん</p> <p>9月22日(木) 保育園、中学校 ごはん 小学校 おはぎ</p> | | <p>「おすすめ朝ごはん」(9/5) 今月から「おすすめ朝ごはん」給食が始まります。 可茂地区学校給食の統一メニューです。 栄養バランスのよい朝ごはんを食べて、 体調を整えて元気に登校しましょう。</p> <p>「やさいの日」(9/4) とうがんは、水分やカリウムが多く、 熱中症を予防する働きがあります。</p> <p>冬瓜 夏が旬の野菜ですが、 冬まで保存できるの 「冬瓜」といいます。</p> | | <p>1 きよほう</p> <p>めん たれ</p> <p>ユーリンチー</p> <p>ひやしちゅうか たまごスープ (小)685Kcal (中)803Kcal</p> |
| <p>4 やさいの日 れいとうもも</p> <p>そばろごはんのぐ</p> <p>かわはぎとかぼちゃの てんぷら</p> <p>ごはん とうがんじり</p> <p>(小)702Kcal (中)835Kcal</p> | <p>5 おすすめ朝ごはん 白川米の日</p> <p>もやしのごまあえ</p> <p>あじつけのり さばのてりやき</p> <p>ごはん(白川米) じゃがいものみそじる</p> <p>(小)657Kcal (中)777Kcal</p> | <p>6</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>しろみざかなの レモンあじ</p> <p>ハムピラフ アルファベットスープ</p> <p>(小)605Kcal (中)725Kcal</p> | <p>7</p> <p>キャベツサラダ</p> <p>ささみのピカタ</p> <p>くろロールパン かぼちゃのポターージュ</p> <p>(小)665Kcal (中)820Kcal</p> | <p>8 歯の日 きよほうゼリー</p> <p>きりほしだいこんのハリハリづけ</p> <p>いわしのかばやき</p> <p>ごはん かきたまじる</p> <p>(小)700Kcal (中)822Kcal</p> |
| <p>11</p> <p>きゃべつのごまあえ</p> <p>ぶたにくのつけやき</p> <p>ごはん なすのみそじる</p> <p>(小)626Kcal (中)745Kcal</p> | <p>12 有機米の日 なし</p> <p>ごもくまめ</p> <p>さわらのいろどりやき</p> <p>ごはん(有機米) すましじる</p> <p>(小)699Kcal (中)835Kcal</p> | <p>13 ヨーグルト</p> <p>きんぴらごぼう</p> <p>なすのにくみそかけ (保小1 中2)</p> <p>ごはん もずくじる</p> <p>(小)731Kcal (中)869Kcal</p> | <p>14 スライスチーズ</p> <p>かぼちゃサラダ</p> <p>たンドリーチキン</p> <p>はいがまるパン ミネストローネ</p> <p>(小)772Kcal (中)955Kcal</p> | <p>15</p> <p>イタリアンサラダ</p> <p>ひじきポテト</p> <p>ソフトめん ミートソース</p> <p>(小)670Kcal (中)864Kcal</p> |
| <p>18 けいろうのひ</p> | <p>19</p> <p>かんてんのごますあえ</p> <p>やきにく</p> <p>ごはん けんちんじる</p> <p>(小)625Kcal (中)752Kcal</p> | <p>20 キウイフルーツ</p> <p>ごぼうサラダ</p> <p>さけのハーブやき</p> <p>ごはん ビーフシチュー</p> <p>(小)682Kcal (中)815Kcal</p> | <p>21 お彼岸献立(保中) パイン</p> <p>ひじきのいために</p> <p>れんこんのはさみあげ</p> <p>小)ごはん(保・中)おはぎ だいこんじる</p> <p>(小)616Kcal (中)759Kcal</p> | <p>22 お彼岸献立(小) なし</p> <p>きりほしだいこんのもの</p> <p>かぼちゃフライ</p> <p>保・中)ごはん・小)おはぎ たまごのすましじる</p> <p>(小)679Kcal (中)729Kcal</p> |
| <p>25 ももゼリー</p> <p>ピピンバのぐ</p> <p>にくシューマイ (保小2、中3)</p> <p>ごはん とうがんのごもくスープ</p> <p>(小)676Kcal (中)820Kcal</p> | <p>26 黒川小希望献立 れいとうみかん</p> <p>はるさめサラダ</p> <p>みそカツ</p> <p>ごはん かみなりじる</p> <p>(小)759Kcal (中)903Kcal</p> | <p>27</p> <p>だいこんサラダ</p> <p>イカのこうみやき</p> <p>ごはん マーボナス</p> <p>(小)600Kcal (中)720Kcal</p> | <p>28 歯の日</p> <p>わかめサラダ</p> <p>だいずとさつまいもの あげに</p> <p>ごはん おやこどんのぐ</p> <p>(小)688Kcal (中)828Kcal</p> | <p>29 十五夜献立 小)だんご(保)ゼリー</p> <p>きゅうりのすのもの</p> <p>さわらのゆうあんやき</p> <p>さといもごはん ゆばのすましじる</p> <p>(小)607Kcal (中)710Kcal</p> |