



9月 学校給食 配膳表



長い夏休みが明け、2学期が始まりました。夏の疲れを残さないために、朝ごはんをしっかり食べて生活リズムを整えましょう。今月は秋の味覚もたくさん登場しますよ！



平均栄養価

エネルギー
808 kcal
たんぱく質
31.3 g



7日(月) カミカミ献立 コーヒー牛乳の素 根菜と胡瓜のマヨネーズ炒め パン ペンネのトマト煮	8日(火) 適塩給食 いわしの生姜煮 ブロッコリーの甘酢あえ ごはん 肉じゃが	9日(水) 春巻き 麻婆なす 麦ごはん 中華スープ	10日(木) ヨーグルト いか天の スイートチリソースかけ パン フォー	11日(金) 漬物 ツナの炒めもの ごはん いものこ汁
14日(月) ストファイコラボ ©CAPCOM スライスチーズ リリーの タコスサンド パン グラオンスープ	15日(火) チャプチェ ごはん マンドウグク	16日(水) 食育の日 献立 スイートポテト 豚肉と野菜のひしお炒め ごはん 飛鳥鍋	17日(木) はちみつ大豆 豆腐ナゲット(3個) パン 焼きそば	18日(金) ぶどう キャベツのゆかり和え 麦ごはん チキンカレー
21日(月) 敬老の日 長年社会につくしてきたお年寄りを敬い、長養をお祝いする日です。	22日(火) 国民の休日 祝日と祝日の間に挟まれた平日が、法律により休日となります。	23日(水) 秋分の日 祖先をうやまい、亡くなった人々をしのぶ日です。	24日(木) ツナサラダ まんまるミンチカツ パンにはさんで食べよう 丸パン ベーコンとレタスのスープ	25日(金) お月見献立 月見団子 里芋のそぼろあんかけ ごはん まごわやさしい汁
28日(月) ハンバーグ きのこ醤油ソース パン 秋のミネストローネ	29日(火) 魚肉ソーセージ 味噌カツ丼 ごはんにはせて食べよう ごはん もずくのすまし汁	30日(水) 子持ちししゃもフライ(2尾) ほうれん草の和えもの わかめごはん 豚汁	SaltSmart LifeSmart 大和の食文化に学ぶ。「塩梅(あんばい)」の知恵で、「減らす」ではなく「整える」適塩生活。 「だしとうま味」で美味しく適塩！ 「合わせだし」で美味しさ倍増 秋の味覚「きのこ」の力を借りよう！ 「具たくさん」にする！ グルタミン酸 × イノシン酸 = 満足感 昆布とかつお節や煮干しの相乗効果！ きのこを加えて美味しく減塩！ 具たくさんスープで自然と減塩！	



9 September

School lunch distribution schedule for september

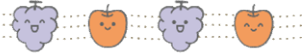


The long summer break is over, and the second term has just begun. To shake off any lingering summer fatigue, make sure to eat breakfast and establish a healthy daily routine. You can enjoy plenty of seasonal autumn flavors this month!

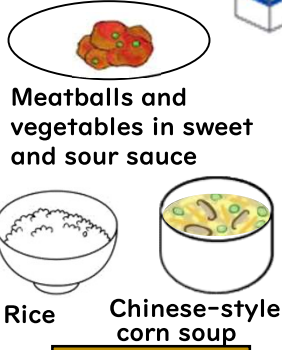


Average nutritional value

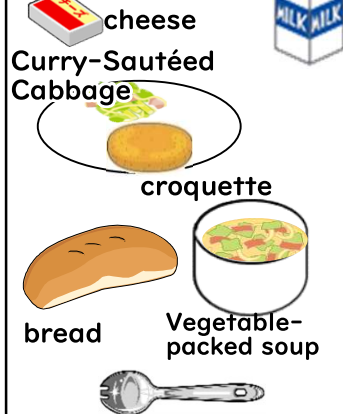
Energy
808 kcal
Protein
31.3 g



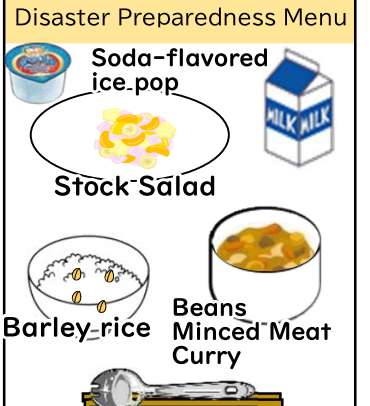
2nd(Wed)



3rd(Thu)

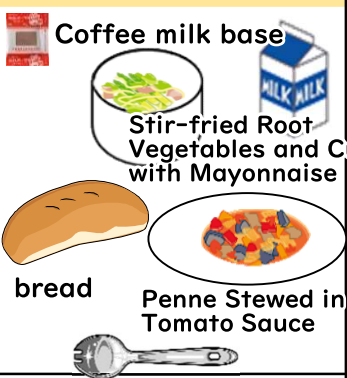


4th(Fri)



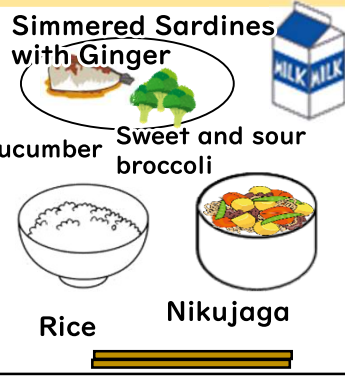
7th(Mon)

Chew-Well Menu

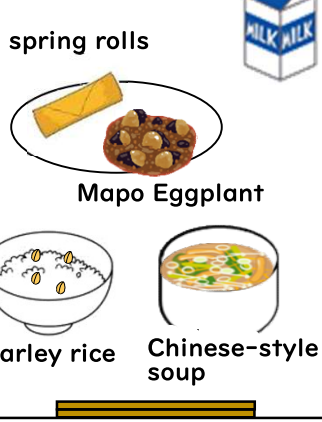


8th(Tue)

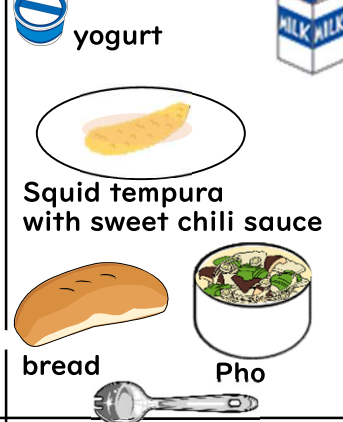
Salt-conscious menu



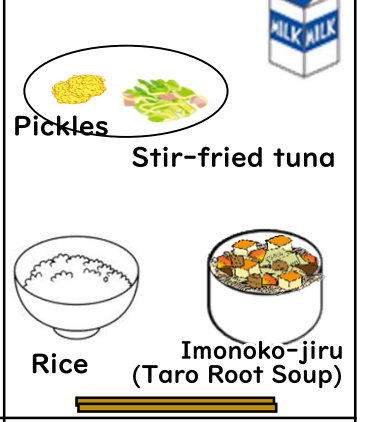
9th(Wed)



10th(Thu)



11th(Fri)



14th(Mon)

Street Fighter Collaboration



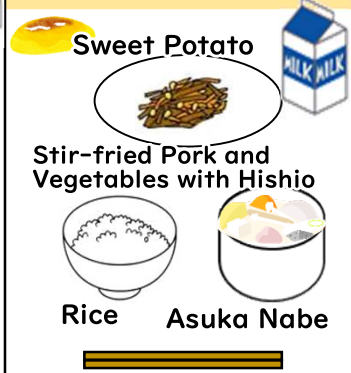
15th(Tue)

Japchae

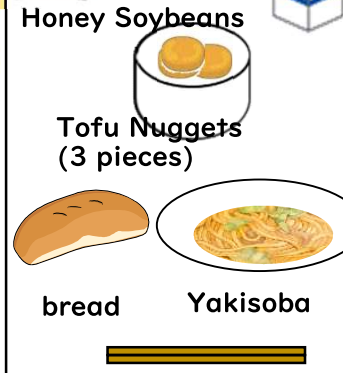


16th(Wed)

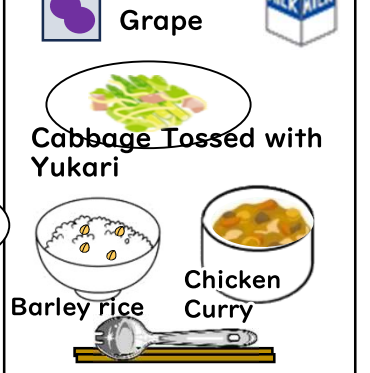
Food Education Day Menu



17th(Thu)



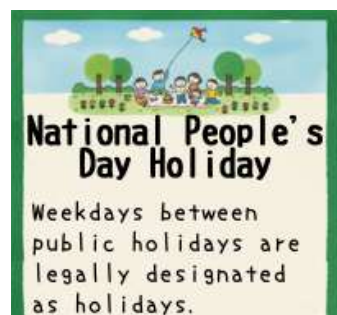
18th(Fri)



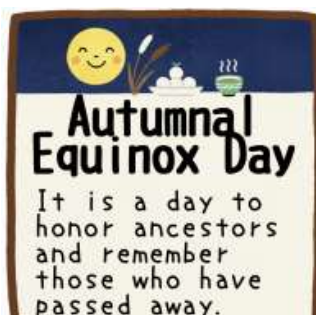
21st(Mon)



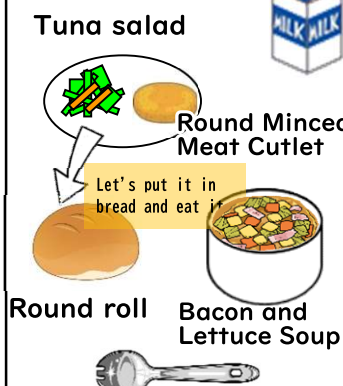
22nd(Tue)



23rd(Wed)

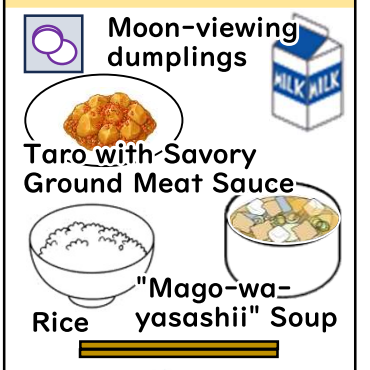


24th(Thu)

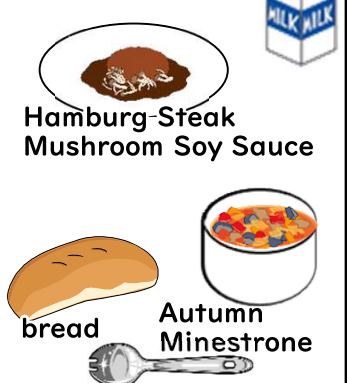


25th(Fri)

Moon-Viewing Menu



28th(Mon)



29th(Tue)



30th(Wed)

