

令和6年度

Eコース

給食目標



9月献立表

ー正しく配膳しようー

給食に必要な無い物は
机の上から片づけましょう



月	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日
9月1日は防災の日 ローリングストック 食べる 備える 買い足す	牛乳 ヨーグルト ホキの南蛮漬け ご飯(小) ピーンスープ	牛乳 じゃこ佃煮 香り和え ご飯(小) ごま煮	牛乳 こまつな和え 鯖のごま焼き ご飯 みそ汁	牛乳 かぼちゃのかき揚げ のり佃煮 ご飯 かきたま汁
9日	10日	11日	12日	13日
牛乳 魚ふりかけ ごぼうの天ぷら ちくわの天ぷら ご飯 タイピーエン	牛乳 春雨サラダ ごまドレッシング ご飯 麻婆豆腐	牛乳 キャベツのごま酢和え 鯖のみそ煮 ご飯 けんちん汁	牛乳 アーモンド ドライカレー ナン 野菜スープ	牛乳 中濃ソース 和梨ゼリーホキフライ ポイルキャベツ ご飯 コーン入リスープ
16日	17日	18日	19日	20日
敬老の日	牛乳 月見団子 人参と枝豆のソテー 鯛のかば焼き丼 麦ご飯(小) 芋の子汁	牛乳 ツナサラダ 青じそドレッシング かぼちゃコロツケ コッペパン(個包装) コーンポタージュ	牛乳 ごま和え 鯉のたたき風から揚げ ご飯 厚揚げのみそ汁	牛乳 千草焼き そばろご飯 麦ご飯 おくずかけ
23日	24日	25日	26日	27日
秋分の日	牛乳 ホキのトマトバジルソースかけ ご飯 白いんげん豆の豆乳スープ	牛乳 チーズ 親鶏の甘酢和え ご飯 高野の含め煮	牛乳 鶏肉のスタミナ焼き 洋梨(フローズン) ご飯 冬瓜の卵スープ	新人戦 がんばれ!
30日	☆汁物の上手な入れ方☆ ①底からよくかき混ぜ、具と汁の両方を入れる ②おたま約2杯分入れる 入れ終わった後に、具だけが食缶の底に残っていませんか? おわんの中が汁だけになっていませんか? 汁と具をバランスよく入れましょう。 お花の絵まで汁物を入れるのを目安にするといいですよ! おたま1杯 = 約140cc 汁やスープは、1人あたり220~240ccで出来上がっています。そのため、おたま約2杯分入れるようにしましょう。			
牛乳 茎わかめのきんぴら 鶏肉の竜田揚げ 麦ご飯 キャベツのみそ汁				