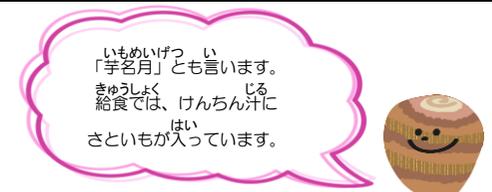


こんだてめい			えいようか				ぎょうじ
ごはん パン	ぎゅうにゅう	おかず	エネルギー kcal	たんぱく質 g	しじつ g	しょくえん そうとうりょう g	
なつやさいかレー	○	かいそうサラダ レモンゼリー	683	19.3	16.0	2.7	
ごはん	○	まぐろのみそがらめ おひたし とうがんとひきにくのスープ	659	32.4	19.0	2.3	
いちごこめパン	○	じゃじゃめん ちゅうかふうたまごスープ	642	28.3	22.8	2.4	
スタミナどん	○	そくせきづけ ワカメスープ アセロラゼリー	642	23.1	19.4	2.1	
ごはん	○	ひややっこ ピリからにくじゃが にらたまじる	652	25.0	17.2	2.4	
ごはん	○	もろのなんばんづけ かみなりじる かんぴょういりオレンジゼリー	678	29.0	18.6	2.0	わしょくのひ
さんしょくどん	○	かんぴょうのたまごとし	617	27.2	16.0	2.4	
こめパン	○	ナスとトマトのスパゲッティ おまめのスープ	555	22.3	21.7	2.1	
ごはん	○	とりにくのレモンに のりあえ ぐだくさんみそしる	634	25.9	17.3	2.4	
むぎごはん	○	ナスいりマーボーどうふ ちゅうかふうかきたまじる	650	27.0	20.4	2.5	じもとしょくざいかつようデー
ごはん	○	さばのしおやき だいずのいそに いなかじる	658	30.0	19.5	2.8	
ハヤシライス	○	こんにゃくサラダ きょほうゼリー	713	21.2	18.1	2.1	
フィッシュバーガー	○	ゆでキャベツ はとむぎいりミネストローネ	649	24.6	19.7	2.6	
ビビンバどん	○	くきわかめスープ	612	22.2	18.5	2.3	
ごはん	○	いわしのかばやき おひたし けんちんじる じゅうごやデザート	699	25.9	22.1	1.8	じゅうごや
ビーンズドライカレー	○	かくぎりやさいスープ ヨーグルト	681	23.1	18.7	2.0	
おさかなどん	○	こんぶづけ とんじる	636	23.2	18.8	1.8	
コッペパン ジャム	○	ぶたにくのバーベキューソース こぶきいも あきのみかくのたまごスープ	699	29.1	23.1	3.1	
ごはん	○	じゃーじゃんどうふ はるさめスープ	614	23.0	18.3	1.8	
ごはん	○	とりにくのしちみやき ピーマンとじゃこのいためもの キャベツとあぶらあげのみそしる	590	26.9	15.7	2.4	
キムチチャーハン	○	にらまんじゅう ナムル わかめスープ	548	19.8	16.1	3.4	
ツナサンド (しるインゲンパン)	○	だいがくいも とうふとやさいのスープ	680	19.2	29.1	3.3	

がっ ぎょうじしょく
9月の行事食
じゅうごや
「十五夜」について



じゅうごや つき いちねん うつく つき
十五夜の月は、一年でいちばん美しい月とされています。
つき まる だんご いも くだもの きせつ しょくざい わる き はら い
月のような丸いお団子、芋や果物などの季節の食材と悪い気を払うと言われているススキを
おそな みの あき かんしゃ ひ
お供えます。実りの秋に感謝する日です。



いもめいげつ い
「芋名月」とも言います。
きゅうしょく じる
給食では、けんちん汁に
さいともがはっています。

