

September



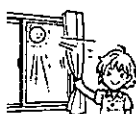
令和7年9月

献立表



献立に使われている
材料などを確認する
場合は裏面で



月	火	水	木	金
1【始業式】 ビビンバ丼 わかめスープ フルーツ杏仁 牛乳	2 麦ご飯 さばのホイル焼き カレー肉じゃが 味噌汁 牛乳	3 ちゃんぽん ハトシロール マーラカオ 牛乳	4 ご飯 回鍋肉 豆腐サラダ 春雨スープ 牛乳	5 カツカレー マカロニサラダ ジョア 牛乳
787 kcal	763 kcal	811 kcal	827 kcal	998 kcal
8 ご飯 あじフライ 浦上そばろ 具だくさん汁 牛乳	9 麦ご飯 家常豆腐 中華スープ みかんゼリー 牛乳	103年次修学旅行 ご飯 照り焼きチキン パンプキンサラダ キャベツのスープ 牛乳	113年次修学旅行 わかめご飯 五目うどん かき揚げ オレンジ 牛乳	123年次修学旅行 ちらし寿司 さんまの甘露煮 すまし汁 牛乳
782 kcal	853 kcal	844 kcal	856 kcal	810 kcal
15 敬老の日	16 ご飯 白身魚の ヨーグルトソースかけ キャベツのゴマ和え 豚汁 牛乳	17 衣笠丼 ほうれん草と コーンのサラダ のっぺい汁 牛乳	18 ご飯 酢鶏 サンラータン 梨 牛乳	19 ナン&ご飯 キーマカレー ポテトスープ ヨーグルト和え 牛乳
	905 kcal	841 kcal	868 kcal	826 kcal
22 きのこご飯 さばの竜田揚げ 辛子和え わかめスープ 牛乳	23 秋分の日	24 スパゲティー ナポリタン チキンカツ 野菜スープ 牛乳	25 麦ご飯 豚肉の生姜焼き きゅうりとわかめ の酢の物 冬瓜スープ 牛乳	26 チキンカレー ほうれん草の サラダ ぶどうゼリー 牛乳
800 kcal		811 kcal	762 kcal	950 kcal
29 シシリアンライス かぼちゃの旨煮 すまし汁 牛乳	30 ご飯 つくねの甘辛煮 おかか和え 赤だし 牛乳	2学期の給食が始まりました。生活リズムを整えましょう。生活リズムを整えるためには私たちの体にある「体内時計」を1日24時間の周期に合わせて、調整することが大切です。調整するためには、朝日を浴びることと、朝食を食べることがよいといわれています。生活リズムを整えて元気に過ごしましょう。		
804 kcal	896 kcal	朝日を浴びる 朝食を食べる   		
※天候や仕入れの都合により、献立は予告なく一部変更することがあります。			月平均エネルギー: 839 kcal	
☆☆☆食堂や廊下に掲示してあるとおり、給食の申込と取消の期日は次のようになっています☆☆☆				
毎月分	前月の15日までに申込書、前月の2日までに取消額を提出 例: 10月分を申し込む場合は9月15日まで			