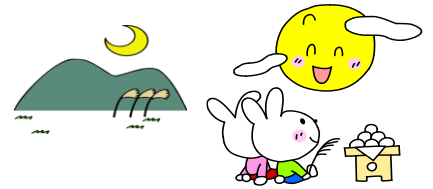
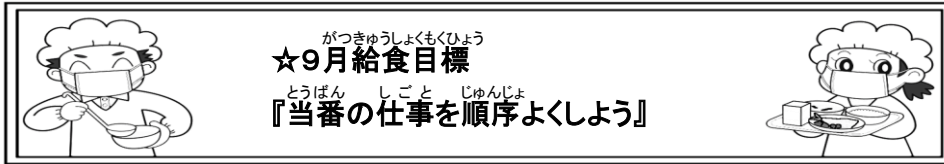


9月 きゅうしょくこんだてひょう

舞鶴市立余内小学校



きゅうしょくとうばんひと 給食当番の人は、エプロン、ぼうし、マスクを正しく着用し、衛生的に準備をしましょう。

た あと しよっき ぎゅうにゅう 食べた後の食器や牛乳パックは、きれいにまとめて、忘れないように給食室に返しましょう。



ぎゅうにゅうまいにち ※牛乳は毎日つきます。

今月の地場産食材は
カマス・サバ・へしこ・
万願寺甘とう・じゃがい
もなどが登場する予定
です。地元の食材をた
くさん味わいましょう。

1日(火)

チキンライス
のり豆ポテト
たまごスープ

2日(水)

あじつ 味付けパン
ポテトグラタン
やさい 野菜スープ

3日(木)

むぎ 麦ごはん
なつやさい 夏野菜カレー
フルーツパンチ
ふくじんづ 福神漬け

4日(金)

シュガー揚げパン
もやしのソテー
かきたま汁

2学期の給食スタートです！
しっかり食べて、2学期も元気にすごしましょう。

7日(月)

ぶた 豚キムチ丼
(ごはん)
みそワタンスープ
ミニオレンジゼリー

8日(火)

ごもく 五目ごはん
とりにく て や 鶏肉の照り焼き
じゃがいものみそ汁

9日(水)

こくさんこむぎ 国産小麦パン
カマスのチリソースかけ
コーンたまごスープ

10日(木)

むぎ 麦ごはん
なつやさい 夏野菜入りマーボー
はるさめ 春雨サラダ

11日(金)

こがた 小型パン
カレーうどん
あまずあ 甘酢和え

14日(月)

ごはん
ぶたにく 豚肉のしょうがいため
あつあ 厚揚げのみそ汁

15日(火)

こぎつねごはん
ちくわの磯部揚げ
すまし汁

16日(水)

バターパン
きのこと万願寺甘とうの
ミートスパゲティ
レモンサラダ

17日(木)

むぎ 麦ごはん
さば たつたあ サバの竜田揚げ
とうふ 豆腐のみそ汁
のりふりかけ

18日(金) 5年社会見学

パン
ポークビーンズ
コーンサラダ

21日(月)

けいろう ひ 敬老の日

22日(火)

こくみん きゅうじつ 国民の休日

23日(水)

しゅうぶん ひ 秋分の日

24日(木)

ハッシュドポーク
(むぎ 麦ごはん)
パインサラダ

25日(金)

パン
スコップコロッケ
ミネストローネ
りんごジャム

28日(月)

ごはん
イワシの
まんがんじあま 万願寺甘とうソースかけ
つきみじろ お月見汁

29日(火)

へしこチャーハン
まんがんじあま 万願寺甘とうとちくわの
いため煮
わかめスープ

30日(水)

ミルクパン
チリコンカン
コンソメスープ

1日3食をしっかり食べよう

夏の疲れが残る時期は、食欲が落ちたり、体がだるくなったりします。疲労回復のために1日3食をしっかり食べることが大切です。成長期の子もたちにとって、1日3食をとることは、成長に必要なエネルギーや栄養素をしっかり摂取でき、なおかつ生活リズムもととのえることにつながります。

※警報発表や休校により給食が中止になった場合など献立を変更することがあります。ご了承ください。

