

9月献立予定表

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|---|---|--|---|
| 1 ストックサラダ さばのみそ煮 すいとん汁 815kcal 2.6g | 2 莖わかめのサラダ 揚げしゅうまい 春雨スープ 778kcal 2.9g | 3 ソーダゼリー じゃが チーズ ナン キーマカレー 838kcal 2.8g | 4 切干大根サラダ かれい薬味ソースかけ 中華玉子 スープ 776kcal 2.3g | 5 コーンサラダ チキンカツ 横割り米粉丸パン 夏野菜のストローネ 784kcal 3.7g |
| 8 チーズ入りおひたし さめのごま揚げ けんちん汁 755kcal 2.7g | 9 大豆とキャベツの塩昆布和え 菊花しゅうまい なすのみそ汁 749kcal 2.2g | 10 風味漬け 厚揚げの肉みそかけ おじゃが団子汁 764kcal 2.3g | 11 糸瓜の中華和え 鶏肉のチリソース ワンタン スープ 822kcal 2.6g | 12 もやしのおひたし 白身魚の天ぷら 十草めん カレー南蛮汁 892kcal 3.7g |
| 15 敬老の日 80歳以上の高齢者への感謝の気持ちを込めて、お祝いします。 | 16 じゃがいものきんぴら 鮭の西京焼き 厚揚げのみそ汁 745kcal 2.6g | 17 フローズンヨーグルト タコライスの具(ゆで野菜) タコライスの具(タコミート) タコライス(ごはん) もずく スープ 801kcal 2.5g | 18 食育の日 「男子☆弁当部」 小松菜とコーンのサラダ ハンバーグラタトゥイユソース かぼちゃのコンソメスープ 804kcal 2.3g | 19 海藻サラダ ミートボール きなこ揚げパン 豆乳 スープ 854kcal 3.9g |
| 22 おかか和え メンチカツ なめこのみそ汁 791kcal 2.4g | 23 秋分の日 秋分の日 秋分の日 | 24 ゆかり和え かつおフライごまみそだれ 鶏五目汁 778kcal 2.2g | 25 たくあんカレマヨサラダ 厚揚げとなすのみそ炒め おふじゃが 798kcal 2.6g | 26 なし 野菜のソテー ソフトめん シーフード クリームソース 837kcal 3.1g |
| 29 ココア蒸しパン 卵入りツナそぼろ丼(ごはん) 豆腐のみそ汁 861kcal 2.6g | 30 のり酢和え さつまいもと大豆の揚げ煮 豚汁 770kcal 2g | 日 献立表の見方 副菜 主菜 汁物 エネルギー(kcal) 塩分(g) | *今月の予定* 22日 塩沢中給食なし 25日 支援学校高3年給食なし 26日 支援学校高3年給食なし | |
| | | | | 9月1日 防災の日 防災の日 |

※献立は都合により変更することがあります。