



日	曜	こんだてめい			しょくひんのしゅるい					エネルギー タンパク質	
		しゅしょく	牛乳	おかず	おもにからだをつくる	おもにからだのちょうしをととのえる	おもにエネルギーになる				
2	金	むぎごはん	MILK	おこげスープ ユーリンチー(2) こまつなあえ	とりにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん チンゲンサイ こまつな ねぎ(あおいぶぶん)	たまねぎ キャベツ もやし コーン にんにく しょうが もやし ねぎ	こめ むぎ かたくりこ さとう おこげ	あぶら	617 23.2
5	月	きゅうきゅうカレー <small>ほうさいの日こんだて</small>	MILK	コンソメスープ ローストチキン アセロラゼリー	とりにく	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん トマト	たまねぎ キャベツ にんにく コーン しめじ	こめ じゃがいも アセロラゼリー	あぶら	648 19.8
6	火	むぎごはん	MILK	はるさめスープ ぶたキムチいため はくとうヨーグルト	ぶたにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト わかめ	にんじん ねぎ(あおいぶぶん) こまつな いら	キャベツ たまねぎ ねぎ もやし しょうが はくさい にんにく	こめ むぎ はるさめ さとう	あぶら ごま	636 24.1
7	水	くろパン	MILK	ポークビーンズ コーンフライ かぼちゃサラダ	ぶたにく ベーコン たいす	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん グリーンピース かぼちゃ	たまねぎ コーン きゅうり にんにく	くろパン さとう じゃがいも フライのころも	あぶら ノンエッグマヨネーズ	708 24.8
8	木	ごはん	MILK	なめこのみそしる きよほうゼリー さばのみぞれに きりほしだいこんのいりに	なまあげ さば あぶらあげ ちくわ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな いんげん	だいこん なめこ たまねぎ	こめ さとう きよほうゼリー	あぶら	652 23.4
9	金	わかめうどん	MILK	とりてん おひたし	ぶたにく なんと とりにく かつおぶし	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ねぎ(あおいぶぶん) ほうれんそう	たまねぎ ねぎ キャベツ もやし しょうが	じごなうどん こむぎこ	あぶら	620 30.4
12	月	あきのかおりごはん	MILK	しげただじる あつやきたまご おつきみだいふく	とりにく みそ たまご あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	しめじ しいたけ ごぼう だいこん	こめ さとう さつまいも こんにゃく しらたまもち さとう おつきみだいふく	あぶら	687 23.3
13	火	ごはん	MILK	あつあげのチャオサイ しょうがしょうゆあえ	ぶたにく なまあげ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	たまねぎ しょうが キャベツ もやし	こめ さとう	あぶら	563 23.8
14	水	むぎごはん	MILK	じゃがいもとたまねぎのみそしる あじフライ パックソース わふうサラダ	とうふ あじ みそ かまぼこ	ぎゅうにゅう わかめ	こまつな	たまねぎ キャベツ きゅうり	こめ むぎ さとう じゃがいも フライのころも	あぶら ごま	651 23.0
15	水	メロンパン	MILK	オニオンスープ チーズインハンバーグ ほうれんそうのサラダ プリン	ベーコン ハンバーグ ツナ	ぎゅうにゅう チーズ ひじき	にんじん こまつな ほうれんそう	たまねぎ りんご きゅうり	メロンパン さとう プリン	あぶら	636 24.2
16	金	ハムコーンピラフ	MILK	とうふとレタスのスープ とうにゅうコロケック パックソース こまつなサラダ	ハム かまぼこ とうふ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな	コーン たまねぎ きゅうり レタス	こめ さとう	あぶら マーガリン ごま	660 21.7
19	月	けいろうのひ									
20	火	ソフトフランスパン	MILK	ミネストローネスープ さけのマヨネーズやき <small>かいそうとツナのサラダ こめこのいちごケーキ</small>	ベーコン ツナ さけ	ぎゅうにゅう チーズ かいそう ひじき	にんじん トマト パセリ	たまねぎ キャベツ セロリ きゅうり にんにく	ソフトフランスパン パンこ じゃがいも マカロニ さとう こめこのいちごケーキ	あぶら ごま ノンエッグマヨネーズ	624 29.0
21	水	むぎごはん	MILK	チキンカレー コールスロー	とりにく ハム	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん トマト	りんご コーン セロリ たまねぎ キャベツ にんにく しょうが	こめ むぎ じゃがいも さとう	あぶら ノンエッグマヨネーズ	612 24.1
22	木	むぎごはん	MILK	なすのみそしる とりにくのからあげ(2) からしあえ りんごゼリー	なまあげ みそ とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	なす たまねぎ キャベツ もやし にんにく しょうが	こめ むぎ かたくりこ りんごゼリー	あぶら	625 21.7
23	金	しゅうぶんのひ									
26	月	うんどうかい ふりかえきゅうじつ									
27	火	ココアあげパン	MILK	マカロニスー チーズロールかまぼこ さっぱりあえ チョコクレーブ	ベーコン かまぼこ	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん ほうれんそう	たまねぎ キャベツ レモン	コッパン さとう マカロニ じゃがいも チョコクレーブ	あぶら ココア	603 21.5
28	水	むぎごはん	MILK	じゃがいものそぼろに たくあんあえ なっとう	ぶたにく なっとう	ぎゅうにゅう	グリーンピース にんじん ほうれんそう	たまねぎ しいたけ キャベツ だいこん	こめ むぎ さとう じゃがいも かたくりこ	あぶら ごま	619 25.5
29	木	ごはん	MILK	ほうれんそうのみそしる さんまのかばやき <small>しめじのごまあえ レアチーズふうムース</small>	とうふ さんま みそ	ぎゅうにゅう レアチーズ	ほうれんそう にんじん	たまねぎ キャベツ しめじ	こめ さとう かたくりこ	あぶら ごま	685 24.0
30	金	もやしラーメン	MILK	しゅうまい(2) ほうれんそうのナムル	ぶたにく しゅうまい ハム	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう チンゲンサイ いら ねぎ(あおいぶぶん)	ねぎ もやし きゅうり にんにく しょうが	ちゅうかめん さとう かたくりこ	あぶら ごま	611 25.8
☆1, 2年生… 28日 校外学習のため給食なし ※材料入荷の都合により、多少献立を変更する場合がありますのでご了承ください。 ☆ 5年生… 30日 校外学習のため給食なし										月平均	637 24.1



こんげつは、うんどうかいがあります。
 まだまだあついい日がつづきますので、ねっちゅうしょうにちゅういしましょう。
 えいよう・すいみんをきちんととり、うんどうかいとうじつにはベストのたいち
 ょうで、げんきにしゅもくとりにくめるようにしましょう。



9月1日
防災の日