



8・9がっ こんだてひょう

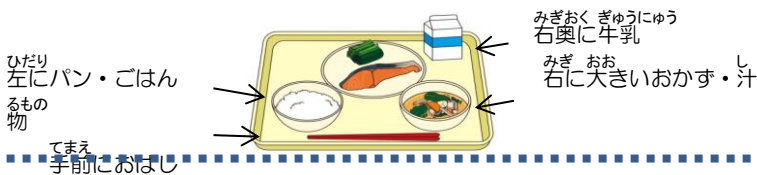


9月の給食目標

『当番の仕事は順序よくしよう!』

身支度をきちんと整えて、手早く準備をしましょう。

〈正しい食器の並べ方〉



舞鶴市立中筋小学校
平成30年8月29日

年 組 のめあて

10月の運動会に向けて練習が始まります。給食の前には手洗いをしっかりしましょう。

目に見える汚れだけでなく、目に見えない汚れも落とせるように、石けんでいい洗いましょう!



もういちどチェック!



8月31日(金)

セルフドッグ
ぎゅうにゅう
かぼちゃのポタージュ

2学期の給食スタート!
パンに切れ込みが入っています。
ウインナーと野菜をはさみます。

3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)
ごはん ぎゅうにゅう なつやさいマーボー こまつなとじゃこのいために	ぎゅうにくとごぼうのまぜごはん ぎゅうにゅう ちくわのゆかりあげ じゃがいものみそしる	ミルクパン ぎゅうにゅう なすとまんがんじのミートグラタン とうがんのスパイススープ	ぶたキムチどん ぎゅうにゅう みそワタンスープ れいとうみかん	パン ぎゅうにゅう カレービーンズ ポパイサラダ
まだまだ暑いですが、給食をしっかり食べて元気に過ごしましょう!	ぎゅうにく、さんどまめ、ま、牛肉、ごぼう、三度豆を混ぜたごはんです。ごぼうの香りが食欲をそそります。	とうがん、なつ、しゆん、やさい、なまえ、冬瓜は夏が旬の野菜です。名前に「冬」という字が入っているのは、冬まで置いておけるからだそうです。	から、あじ、ピリッと辛いキムチ味のおかずをごはんにかけて食べましょう。冷たいみかんは食後のお楽しみです!	ほうれん草たっぷりのポパイサラダは、アーモンドが入ったカミカミ献立です。
10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)
ポークカレーライス ぎゅうにゅう パインサラダ ふくじんづけ	だいずとひじきごはん ぎゅうにゅう とりてん すましじる	こくさんこむぎパン ぎゅうにゅう ビーフシチュー グリーンサラダ	わかめごはん ぎゅうにゅう ツバスのまんがんじソースかけ さつまじる	こがたパン ぎゅうにゅう やきそば フルーツサラダ ヨーグルト
「ポーク」はぶた肉のことです。ビタミンB1が多く、疲れた体を元気にしてくれます。	とりてんは、大分県で食べられている料理です。下味をしっかりつけてから衣をつけて、油でサクサクに揚げます。	ごま油の風味がきいた手作りドレッシングで、野菜もしっかり食べましょう。(5年生は野外活動です)	【地場産物の日】 ツバスから揚げにしたツバスに万願寺あまとう入りのソースをかけます。	野菜もたっぷり入った焼きそばは給食の人気メニューです。麺はオープンでパリッと焼いてから入れます。
17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)
けいろうの日	ドライカレー ぎゅうにゅう じゃがいものチーズに コーンたまごスープ	こくとうパン ぎゅうにゅう ビーフのごもくいため わかめスープ	ごはん ぎゅうにゅう サバのみそに かぼちゃのそぼろに ゆかりふりかけ	きなこあげパン ぎゅうにゅう ごますあえ かきたまじる
	スパイシーなドライカレー、クリーミーなじゃがいものチーズ煮、やさしい味のたまごスープを交互に食べましょう。	ビーフはお米の粉でできた麺です。野菜やぶた肉、エビなどたくさんの具材と一緒に炒めます。	大きな釜でコトコト煮込んだサバは、白いごはんにとろりのおかずです。旬のかぼちゃもたっぷり食べましょう。	きな粉は大豆からできています。砂糖とほんの少しの塩を入れて甘くして、パンにまぶしています。
24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
秋分の日	へしこチャーハン ぎゅうにゅう ぼうてんのうまに はるさめスープ	あじつけパン ぎゅうにゅう アジフライ キャベツ レタスとトマトのスープ	むぎごはん ぎゅうにゅう ぶたにくじゃが まんがんじあまとうのいために	パン ぎゅうにゅう クリームシチュー フレンチサラダ
	【地場産物の日】 サバのへしこは魚のぬか漬けのことで、わかさちほう、たんごはんとう、でんとう、りょうり、若狭地方・丹後半島の伝統料理です。	【地場産物の日】 アジは9月の給食だよりも、スープのレシピをせています。おうちでもいかがですか	まんがんじ万願寺あまとうと竹輪をごま油で炒めて、甘辛い味をつけたおかずは、白いごはんが進みますね!	こめこ米粉でとろみをつけたシチューです。あさばん、すす、朝晩は涼しくなって、温かいおかずもおいしい季節になってきましたね!

※警報などによる給食中止の影響で、こんだてを変更する場合があります。ご了承ください。