

# 9月のこんだてひょう

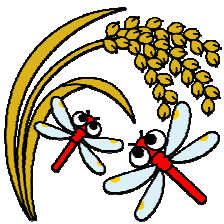


きょうたん ご しりつたん ぼしょうがっこう  
京丹後市立丹波小学校

月	火	水	木	金
8/29	30(5年社会見学)	31	9/1	2
麦ごはん 夏野菜カレー ツナサラダ フルーツポンチ♪ 牛乳	白ごはん 豚肉のキムチ炒め ハリハリ漬け 玉ねぎの中華スープ 牛乳	白ごはん トビウオのフライ ゆかり和え♪ かぼちゃの味噌汁 牛乳	白ごはん ササミのレモンソース♪ キャベツとみかんの サラダ ミネストローネ 牛乳	じゃこごはん 冷やしそうめん♪ 豚肉と野菜の香味和え♪ 牛乳
5	6	7	8	9
白ごはん ちくわの二色揚げ 冷やしビーフン 中華スープ♪ 牛乳	白ごはん ツバスの竜田揚げ じゃがいものサラダ 豆腐の味噌汁 牛乳	大豆ライス♪ かぼちゃのマリネ うずら卵のスープ 牛乳	白ごはん マーボーなす 焼き豚ともやしのナムル ぶどう♪ 牛乳	白ごはん 厚揚げの味噌炒め わかめスープ♪ かぼちゃ団子 牛乳
12	13	14	15	16
振替休業日 【17日(土)運動会です】 	メキシカンライス 鶏肉と野菜のサラダ コンソメスープ 牛乳	わかめごはん♪ イカと野菜のマリネ いもづるの煮付け にらたま汁 牛乳	白ごはん キスの青のりフライ 五色和え 玉ねぎの味噌汁 牛乳	白ごはん 豆腐の中華風煮 ひじきサラダ ぶどうゼリー♪ 牛乳
19	20	21	22	23
敬老の日 	大根菜めし ちくわとさつまいも の天ぷら きゅうりのごとごと♪ なすの味噌汁 牛乳	白ごはん サバの味噌煮 磯香和え わかめのすまし汁 牛乳	白ごはん さつまいもと鶏肉の旨煮 かきたま汁♪ 梨 牛乳	秋分の日 
26	27	28	29	30
ゆかりごはん♪ イタリアンスパゲティ 豚肉ときゅうりのマリ ネ♪ ミルクゼリー 牛乳	白ごはん 炒り豆腐 なす田楽 もやしのごま和え 牛乳	白ごはん ポトフ 水菜とえのきのサラダ さつまいもケーキ♪ 牛乳	三色そぼろごはん かぼちゃのサラダ♪ ジュリエンスープ 牛乳	新米ごはん キスの南蛮漬け 秋なすのごま和え 豚汁♪ 牛乳

9月30日(金)は、第2段「まるごと京丹後食育の日」です。

今回のメニューは・・・



新米の炊きたて白いごは  
ん。地元で捕れたキス。新鮮な  
なす。温かい豚汁。そして、  
ヒラヤミルク。想像しただけ  
でもおいしそうですね☆

- 新米ごはん
- キスの南蛮漬け
- 秋なすのごま和え
- 豚汁
- 牛乳

\* ♪が付いているメニューは、1学期にみんなからリクエストのあったメニューです。

1週間に2・3回メニューの中にあるので、楽しみにして下さい。