

# 9月給食こんだて



2025.9

舞鶴市立吉原小学校

げつ 月 ごはん	か かこう 火 加工ごはん	すい かこう 水 加工パン	もく むぎ 木 麦ごはん	きん きかく 金 規格パン	
1日 ハヤシライス パインサラダ 	2日 ごもく 五目ごはん とりにく て や 鶏肉の照り焼き たまねぎのみそ汁	3日 あじつ 味付けパン しろみざかな 白身魚の こうそう こや 香草パン粉焼き コーンスープ	4日 むぎ 麦ごはん なす入り  マーボー豆腐 はるさめ 春雨サラダ	5日 きなこあ きな粉揚げパン きりぼしだいこん 切干大根のナムル かきたま汁	
8日 ごはん  トンカツ そえ野菜 こまつな しる 小松菜のみそ汁	9日  へしこチャーハン だいず にぼ 大豆と煮干しの あげ煮 ちゅうか 中華スープ	10日 こくさんこむぎ 国産小麦パン カレービーンズ コーンサラダ れいとう 冷凍みかん 	11日 5年野外活動 ひじきと万願寺  あま からどん 甘とうのピリ辛丼 わかめスープ 	12日 5年野外活動 こがた 小型パン イチゴジャム きつねうどん あますあ 甘酢和え	
15日  敬老の日	16日  キムチとたくあん の混ぜごはん まんがんじ 万願寺とちくわ いた に の炒め煮 すまし汁	17日 バターパン ポテトグラタン ミネストローネ 	18日  むぎ 麦ごはん ふりかけ サバのカレー たつたあ 竜田揚げ ぶたじる 豚汁 	19日 きかく 規格パン こめこ 米粉の クリームシチュー かんぴょうサラダ	
22日 ごはん ぶたにく しょうがいた 豚肉の生姜炒め あつあ 厚揚げのみそ汁 	23日  秋分の日 水水	24日 ミルクパン クリーム スパゲティ コールスロー サラダ	25日 カレーライス フルーツパンチ ふくじんづけ 福神漬 	26日 3年社会見学 きかく 規格パン  チリコンカン ウインナーと やさい 野菜のスープ	
29日 わかめごはん にくじゃが ごま和え 	30日 ドライカレー じゃがいもの チーズ煮 たまごスープ	<p>きゅうにゅう まいにち <b>牛乳は毎日</b> つきます。 のに 残さず飲みきり、 きれいにたたもう！</p> 			

こんげつ きゅうしよくもくひょう じょうぶ からだ  
今月の給食目標 「丈夫な体をつくろう！」

- あさごはんをしっかりと食べて、生活リズムを整えましょう。
- じょうぶ からだをつくるために、給食をしっかりと食べましょう。

