



令和6年度

9月給食献立

舞鶴市立吉原小学校

(米飯)	(加工ご飯)	(加工パン)	(麦ごはん)	(規格パン)
2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)
<ul style="list-style-type: none"> ・ポークカレー ライス ・フルーツポンチ ・福神漬け 	<ul style="list-style-type: none"> ・五目御飯 ・鶏肉の磯辺揚げ ・豚汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・味付けパン ・ピビンパ風 スパゲッティ ・コールスローサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・麦ごはん ・ツバスの 万願寺ソースがけ ・すまし汁 ・手作り昆布の佃煮 	<ul style="list-style-type: none"> ・規格パン ・ビーフンの五目炒め ・中華風スープ ・いちご&マーガリン
エネルギー 686Kcal たんぱく質 19.8g カルシウム 300mg	エネルギー 683Kcal たんぱく質 31.4g カルシウム 285mg	エネルギー 690Kcal たんぱく質 32.6g カルシウム 295mg	エネルギー 654Kcal たんぱく質 27.8g カルシウム 305mg	エネルギー 586Kcal たんぱく質 23.9g カルシウム 307mg
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)
<ul style="list-style-type: none"> ・ハヤシライス ・パインサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・へしこチャーハン ・大豆と煮干しの揚げ煮 ・春雨スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・セルフドッグ ・かぼちゃのポターージュ 	<ul style="list-style-type: none"> ・麦ごはん ・マーボー豆腐 ・春雨サラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・小型パン ・きつねうどん ・ごま和え
エネルギー 652Kcal たんぱく質 20.1g カルシウム 282mg	エネルギー 576Kcal たんぱく質 23.6g カルシウム 501mg	エネルギー 683Kcal たんぱく質 24.2g カルシウム 310mg	エネルギー 618Kcal たんぱく質 24.4g カルシウム 367mg	エネルギー 559Kcal たんぱく質 25.9g カルシウム 405mg
16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)
<p>敬老の日</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・キムチとたくあんの混ぜご飯 ・豚肉とごぼうのきんぴら ・豆腐のみそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・バターパン ・うさぎ型ハンバーグ ・コンソメスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・麦ごはん ・さばのみそ煮 ・お月見汁 ・十五夜ゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・規格パン ・カレービーンズ ・コーンサラダ
エネルギー 579Kcal たんぱく質 23.2g カルシウム 319mg	エネルギー 638Kcal たんぱく質 24.8g カルシウム 359mg	エネルギー 774Kcal たんぱく質 27.8g カルシウム 322mg	エネルギー 602Kcal たんぱく質 26.8g カルシウム 320mg	
23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)
<p>振替休日</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・チキンライス ・じゃがいものチーズ煮 ・かきたま汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ミルクパン ・白身魚の香草パン粉焼き ・スーミータン 	<ul style="list-style-type: none"> ・しゃきしゃき豚丼 ・みそワタンスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・規格パン ・クリーム スパゲッティ ・ブロッコリーサラダ
エネルギー 605Kcal たんぱく質 23.3g カルシウム 341mg	エネルギー 634Kcal たんぱく質 29.2g カルシウム 289mg	エネルギー 584Kcal たんぱく質 20.1g カルシウム 333mg	エネルギー 633Kcal たんぱく質 22g カルシウム 393mg	
30日(月)	<p>今月の給食目標 丈夫な体をつくらう!!</p> <p>朝ごはんをしっかり食べて生活リズムを整えよう。</p> <p>丈夫な体をつくるために給食をしっかりたべよう。</p>			
<ul style="list-style-type: none"> ・ぎょうざ丼 ・サンラータン 				
エネルギー 583Kcal たんぱく質 20.5g カルシウム 278mg				

今月の舞鶴産のさかな 5日ツバス 10日へしこ

27日は3年生が社会見学に行きます。お弁当の準備をお願いします!