8月 9月 こんだてひょう

山田小学校

日	曜	主食	牛乳	おかず	おもなざいりょう きいろ ねつやちからになる	あか ちやにくやほねになる	みどり からだのちょうしをととのえる	一口メモ
27	月	親子どんぶり	○	竹輪とﾌﾞﾛｯｺﾘｰの酢の物 梨	こめ むぎ さとう でんぷん	ぎゅうにゅう とりにく たまご しいたけ ちくわ みそ かまぼこ	にんじん たまねぎ ねぎ ブロッコリー キャベツ なし	2学期がはじまります！！ 給食をしっかり食べて元気に過ごしましょう♪
28	火	山田小8月お誕生日ﾒﾆｭｰ 食パン	○	**鶏肉のオレンジソース焼き** ひじきサラダ コンソメスープ	しょくぱん さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ひじき	きゅうり にんじん キャベツ レモン たまねぎ パセリ	
29	水	麦ごはん	○	魚のこがね焼き 小松菜のごま酢あえ 豆腐の味噌汁	こめ むぎ さとう マヨネーズ アーモンド ごま さといも	ぎゅうにゅう ホキ みそ ちりめん とうふ あぶらあげ わかめ	こまつな もやし にんじん ねぎ	
30	木	麦ごはん	○	肉じゃが 春雨の酢の物 大豆といりこのｶﾘﾝﾄ	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう はるさめ ごま しらたき	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ わかめ だいず いりこ	にんじん たまねぎ しいたけ いんげん しょうが きゅうり きくらげ	
31	金	麦ごはん	○	チンジャオロース ワンタンスープ デザート	こめ むぎ ごまあぶら さとう でんぷん ワンタン ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく	しょうが ピーマン にんじん たけのこ たまねぎ もやし ねぎ	
3	月	麦ごはん	○	厚焼き卵 切り干し大根の酢の物 田舎汁	こめ むぎ さとう ごま さといも こんにゃく	ぎゅうにゅう たまご ちりめん とうふ	きりぼしだいこん きゅうり にんじん たけのこ ごぼう しいたけ ねぎ	秋の味覚を味わおう！！ **『梨』** シャリシャリとした食感が特徴の梨。そのままデザートとして食べることが多いですが、料理に使ってもおいしいです♪山江村で作られた梨が2回登場します！
4	火	ミルクパン	○	ボロネーゼ風パスタ グリーンサラダ	ミルクパン スパゲッティ オリーブオイル さとう はちみつ	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにく いわし チーズ ツナ	なす たまねぎ しめじ ブロッコリー キャベツ にんにく	
5	水	高菜ごはん	○	竹輪の照り煮 もやしのごまあえ かきたま汁	こめ むぎ あぶら ごま さとう みずあめ ごまあぶら でんぷん	ぎゅうにゅう ちくわ ちりめん わかめ とりにく たまご	たかな もやし ほうれんそう にんじん たまねぎ ねぎ	**『ぶどう』** たくさんの種類があると言われているぶどう。今年も山江村で作られたぶどうが給食に登場します！
6	木	タコライス	○	沖縄ドレッシングサラダ ワカメのすまし汁 ｻｰﾀｰ・ｱﾝﾀﾞｷﾞｰ	こめ むぎ オリーブオイル ごまあぶら こむぎこ さとう あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ とうふ たまご チーズ	にんにく レタス キャベツ きゅうり えのき しめじ ねぎ ほうれんそう にんじん コーン	**『栗』** 山江村の特産物の栗。9月23日には栗まつりも予定されていますね。栗のおいしさをたっぷり味わうことが出来る栗ごはんを献立に取り入れました♪
7	金	麦ごはん	○	塩サバ **きゅうりの酢の物** のっぺい汁	こめ むぎ ごま さとう さといも こんにゃく でんぷん	ぎゅうにゅう さば ちりめん わかめ とりにく なまあげ ちくわ	きゅうり にんじん しそ ごぼう しいたけ ねぎ レモン	
10	月	麦ごはん	○	馬かコロッケ もやしの中華あえ タイピーエン	こめ むぎ あぶら さとう ごまあぶら ごま はるさめ	ぎゅうにゅう ちくわ ぶたにく えび いか うずらたまご	きくらげ にんじん こまつな もやし たまねぎ はくさい たけのこ	
11	火	山田小9月お誕生日ﾒﾆｭｰ 黒糖パン	○	チキンの香草焼き **コロコロサラダ** コーンスープ・ぶどう	こくとうぱん オリーブオイル マカロニ マヨネーズ でんぷん	ぎゅうにゅう とりにく チーズ ツナ ベーコン たまご	コーン パセリ きゅうり トマト たまねぎ にんじん きくらげ ほうれんそう ぶどう	
12	水	五穀ごはん	○	ホキのごま味噌焼き ｷｬﾍﾞﾂの梅肉あえ つぼん汁	こめ むぎ いろどりまい マヨネーズ さとう ごま こんにゃく さといも	ぎゅうにゅう ホキ みそ とりにく なまあげ ちくわ	キャベツ きゅうり にんじん うめぼし ごぼう だいこん しいたけ ねぎ	
13	木	麦ごはん	○	マーボー茄子 春巻き バンサンスー	こめ むぎ ごまあぶら はるさめ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ ハム たまご はるまき	なす たまねぎ にんじん たけのこ きくらげ しょうが きゅうり もやし	
14	金	麦ごはん	○	さんまみぞれ煮 小松菜のピーナツあえ 玉ねぎの味噌汁	こめ むぎ さとう ピーナッツ じゃがいも	ぎゅうにゅう さんま ちりめん あぶらあげ とうふ みそ わかめ	こまつな もやし にんじん たまねぎ しめじ ねぎ	
18	火	山田小6・7月お誕生日ﾒﾆｭｰ コッペパン	○	**なすグラタン** 春雨スープ れんこんの変わりサラダ	コッペパン あぶら バター こむぎこ はるさめ ごま マヨネーズ さとう	ぎゅうにゅう ベーコン チーズ かまぼこ	なす たまねぎ にんじん いんげん しいたけ ほうれんそう れんこん ごぼう レタス	
19	水	麦ごはん	○	焼きししゃも ズッキーニの浅漬け 筑前煮	こめ むぎ さとう こんにゃく さといも あぶら さとう	ぎゅうにゅう ししゃも とりにく さつまあげ	ズッキーニ にんじん キャベツ れんこん しいたけ たけのこ ごぼう いんげん	9月7日(金) ふるさとくまさんデー 今月の食材は「きゅうり」です！！
20	木	麦ごはん	○	梨入りカレー ブロッコリーサラダ	こめ むぎ じゃがいも あぶら マヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく チーズ ツナ	たまねぎ なす いんげん にんじん にんにく しょうが なし ブロッコリー キャベツ	
21	金	ゆかりごはん	○	**すごもり卵** もやしとﾆﾗのごまあえ しめじの清汁 **栗まんじゅう**	こめ むぎ あぶら さとう ごまあぶら ごま	ぎゅうにゅう たまご ぶたにく ぎゅうにく とうふ かまぼこ	たまねぎ にんじん しめじ もやし にら ねぎ	9月21日(金) 十五夜メニュー 十五夜の日は、秋の七草である「すすき」や「はぎ」をかざり、季節の食べ物である「里芋」や「さつまいも」、そして月のように丸い団子などをお供えしてお祝いします。 給食では、丸いお月様をイメージした「巣ごもり卵」と「栗まんじゅう」が登場します！お楽しみに！
25	火	ソフトフランスパン	○	ごぼうメンチカツ じゃこまめサラダ トマトと卵のスープ	ソフトフランスパン あぶら	ぎゅうにゅう ちりめん わかめ ひよこまめ たまご	きゅうり レタス トマト しょうが たまねぎ きくらげ	
26	水	栗ごはん	○	サケの塩焼き ひじきのいり煮 里芋のみそ汁	こめ ごま あぶら さとう さといも くり	ぎゅうにゅう サケ ひじき たいず あぶらあげ わかめ とうふ みそ	にんじん しいたけ はくさい ねぎ	
27	木	麦ごはん	○	シューマイ 海草サラダ 八宝菜	こめ むぎ ごま あぶら ごまあぶら でんぷん	ぎゅうにゅう シューマイ わかめ ちりめん ぶたにく えび いか うずらのたまご	きゅうり たまねぎ にんじん キャベツ たけのこ きくらげ きぬさや しょうが	
28	金	麦ごはん	○	鶏肉のもろみ焼き もやしの甘酢あえ 団子汁	こめ むぎ あぶら ピーナッツ さとう こむぎこ しらたまこ	ぎゅうにゅう とりにく みそ あぶらあげ	もやし きゅうり にんじん はくさい ねぎ だいこん しいたけ	

＊献立は都合により変更する場合があります