

9月(第3週目)の給食

9月16日(月)

敬老の日

9月17日(火)

- ・炊きこみごはん
- ・人参みそつくね
- ・さつまいもとチーズの
サラダ
- ・アシドミルク



- 血や肉をつくる●
鶏肉・豚ミンチ・豆乳・みそ
チーズ・アシドミルク

- 熱や力の素になる●
金芽米・パン粉・砂糖
さつまいも・マヨネーズ

- 体の調子を整える●
人参・ごぼう・こねぎ・玉ねぎ
生姜

9月18日(水)

- ・キーマカレー
- ・じゃこサラダ
- ・牛乳



- 血や肉をつくる●
合挽きミンチ・大豆・しらす干し
牛乳

- 熱や力の素になる●
金芽米・植物油・砂糖・ごま油

- 体の調子を整える●
玉ねぎ・人参・にんにく
ピーマン・コーン・トマト
キャベツ・きゅうり

9月19日(木)

- ・ごはん
- ・五目豆
- ・かぼちゃのごま和え
- ・アシドミルク
- ・いりこ



- 血や肉をつくる●
鶏肉・大豆・みそ・アシドミルク
いりこ

- 熱や力の素になる●
こんにゃく／植物油／砂糖／ごま

- 体の調子を整える●
ごぼう・人参・いんげん・南瓜

9月20日(金)

- ・きのこごはん
- ・魚の照り焼き
- ・梨
- ・牛乳



- 血や肉をつくる●
豚肉・メルルーサ・牛乳

- 熱や力の素になる●
金芽米・植物油・片栗粉・砂糖

- 体の調子を整える●
しいたけ・人参・しめじ・生姜
大根・しそ・かぼちゃ・なす・梨