

9月(第1週目)の給食

9月2日(火)

軽食

- ・カレーピラフ
- ・フライドポテト
- ・いりこ



●血や肉をつくる●
豚ミンチ・青のり・いりこ

●熱や力の素になる●
金芽米・植物油・じゃがいも

●体の調子を整える●
玉ねぎ・コーン・人参

9月3日(水)

軽食

- ・ツナと小松菜の
まぜごはん
- ・さつまいもの甘煮
- ・いりこ



●血や肉をつくる●
ツナ・いりこ

●熱や力の素になる●
金芽米・植物油・ごま油・ごま
さつまいも・砂糖

●体の調子を整える●
小松菜

9月4日(木)

- ・ごはん
- ・鶏肉と野菜の
ケチャップ煮
- ・かぶの豆乳コーンスープ
- ・いりこ



●血や肉をつくる●
鶏肉・豆乳・豆腐・いりこ

●熱や力の素になる●
金芽米・片栗粉・植物油
三温糖

●体の調子を整える●
生姜・玉ねぎ・人参・ピーマン
コーンクリーム

9月5日(金)

- ・ごはん
- ・チャブチェ
- ・ポテトサラダ
- ・いりこ



●血や肉をつくる●
豚ミンチ・チーズ・いりこ

●熱や力の素になる●
金芽米・春雨・植物油・砂糖
ごま油・さつまいも・マヨネーズ

●体の調子を整える●
人参・ピーマン・玉ねぎ
干し椎茸