

# 9月のきゅうしょくこんだてひょう

江戸川区立第五葛西小学校

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<b>2日</b>  	<b>3日 給食開始日</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・にくみそどんぶり</li> <li>・もやしとツナのあえもの</li> <li>・こまつなのすましじる</li> </ul>	<b>4日</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・きなこあげパン</li> <li>・なまあげとえびのちゅうかに</li> <li>・ちゅうかサラダ</li> <li>・バナナ</li> </ul>	<b>5日</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・ひじきじゃこふりかけ</li> <li>・あじとれんこんのつくねやき</li> <li>・ごもくきんぴら</li> <li>・さといものみそしる</li> </ul>	<b>6日</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・たまごチャーハン</li> <li>・イカのチリソース</li> <li>・はるさめサラダ</li> <li>・こまつなととうふのちゅうかスープ</li> </ul>
	ぶた肉 大豆 みそ 牛乳 ツナ かまぼこ 豆腐	きな粉 牛乳 ぶた肉 エビ 生あげ わかめ	ひじき ちりめんじゃこ 牛乳 あじ とり肉 大豆 みそ さつまあげ 油あげ	たまご なるこ とり肉 牛乳 イカ ハム ぶた肉 豆腐
	米 麦 じゃがいも サラダ油 さとう でん粉 ごま	コッパン さとう サラダ油 でん粉 じゃがいも ごま油 白ごま 三温糖	米 三温糖 ごま マヨネーズ でん粉 サラダ油 ごま油 こんにゃく さといも	米 麦 サラダ油 でん粉 三温糖 はるさめ ごま ごま油 じゃがいも
	にんじん 玉ねぎ もやし きゃべつ コーン 小松菜 だいこん ねぎ	しょうが たけのこ にんじん 玉ねぎ 小松菜 きゃべつ もやし コーン パナナ	しょうが れんこん ねぎ ごぼう にんじん だいこん 干しいたけ きゃえんどう 玉ねぎ 小松菜	葉ねぎ にんにく しょうが ねぎ にんじん きゃべつ きゅうり もやし 干しいたけ 玉ねぎ たけのこ 小松菜
<b>9日</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごもくうどん</li> <li>・かしわてん</li> <li>・こまつなとツナのいそあえ</li> <li>・オレンジポンチ</li> </ul>	<b>10日</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・むぎいりごはん</li> <li>・かつおこんぶふりかけ</li> <li>・ぶたにくのうまにかきたまじる</li> </ul>	<b>11日</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・わかめのにんにくじょうゆいため</li> <li>・さばのこうみやき</li> <li>・おひたし</li> <li>・こんさいのみそしる</li> <li>・きよほう</li> </ul> 	<b>12日 手作りパン給食</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・てづくりパンブキンパン</li> <li>・コーンチャウダー</li> <li>・ツナサラダ</li> </ul>	<b>13日</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・きのこピラフ</li> <li>・レバーのガーリックあげ</li> <li>・まめまめサラダ</li> <li>・トマトとじゃがいものスープ</li> </ul>
とり肉 油あげ 牛乳 ツナ おかかもみり	粉かつお 塩昆布 牛乳 ぶた肉 生あげ たまご	わかめ 牛乳 サバ おかか ぶた肉 生あげ みそ	牛乳 ウィンナー レンズまめ あさり 豆腐 ツナ	ぶた肉 ウィンナー 牛乳 ぶたレバー 大豆 ツナ ベーコン
うどん 油 じゃがいも 三温糖 マヨネーズ 小麦粉 さとう	米 麦 さとう ごま 油 じゃがいも 三温糖 ごま油	米 麦 油 三温糖 ごま さつまいも	強力粉 さとう バター ごま 油 じゃがいも ごま油 三温糖	油 米 麦 でん粉 米粉 三温糖 じゃがいも
干しいたけ 玉ねぎ にんじん ねぎ 小松菜 にんにく しょうが きゃべつ もやし えのき オレンジジュース みかん缶 りんご缶 ナタデココ	にんじん 玉ねぎ 干しいたけ えのき だいこん 小松菜	にんにく しょうが ねぎ しそ葉 小松菜 きゃべつ にんじん もやし ごぼう だいこん えのき 巨峰	かぼちゃ にんじん 玉ねぎ クリームコーン缶 コーン きゃべつ きゅうり 小松菜	玉ねぎ にんじん マッシュルーム しめじ えのき コーン パセリ しょうが にんにく きゃべつ きゅうり 赤パプリカ えだまめ レモン セロリ トマト
<b>16日</b> 	<b>17日 十五夜給食</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・くりごはん</li> <li>・ぎせいどうふ</li> <li>・こまつなのからしあえ</li> <li>・きよほう</li> </ul> 	<b>18日</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・セサミトースト</li> <li>・ハンガリアンシチュー</li> <li>・フレンチサラダ</li> <li>・バナナ</li> </ul>	<b>19日</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・むぎいりごはん</li> <li>・ししゃものからあげ</li> <li>・きゃべつとコーンのあえもの</li> <li>・とんじる</li> </ul>	<b>20日</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・むぎいりごはん</li> <li>・さけのごまつけやき</li> <li>・だいこんのあえもの</li> <li>・のっぺいじる</li> <li>・なし</li> </ul>
	牛乳 豆腐 ぶた肉 たまご とり肉	牛乳 ぶた肉 レンズまめ 大豆 ハム	牛乳 ししゃも わかめ ぶた肉 油あげ みそ	牛乳 サケ ハム とり肉 豆腐
	米 もち米 くり 三温糖 ごま 油 白玉粉	食パン ごま さとう はちみつ マーガリン 油 じゃがいも 小麦粉	米 麦 米粉 でん粉 油 三温糖 ごま油 こんにゃく じゃがいも	米 麦 ごま 油 さとう じゃがいも でん粉
	干しいたけ にんじん ねぎ はくさい もやし 小松菜 だいこん えのき かぼちゃ 巨峰	にんじん 玉ねぎ きゃべつ もやし 小松菜 パナナ	しょうが きゃべつ にんじん コーン もやし 玉ねぎ だいこん ねぎ 小松菜	きゃべつ だいこん にんじん もやし 玉ねぎ ねぎ 小松菜 梨
<b>23日</b> 	<b>24日</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・きのこペロンチーン</li> <li>・こまつなオムレツ</li> <li>・ポテトポタージュ</li> <li>・オレンジ</li> </ul>	<b>25日</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・とうふとぶたにくのちゅうかあんかけどん</li> <li>・さつまいもとじゃこのあげ</li> <li>・かいそうサラダ</li> </ul>	<b>26日</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・こぎつねごはん</li> <li>・あかうおのゆうあんやき</li> <li>・もやしとわかめのごまじょうゆ</li> <li>・たまねぎのみそしる</li> <li>・なし</li> </ul>	<b>27日</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ハムチーズトースト</li> <li>・サンド</li> <li>・めひかりのスパイスあげ</li> <li>・ポテトコーンサラダ</li> <li>・かぼちゃのクリームスープ</li> </ul>
	ベーコン 牛乳 ツナ たまご 豆腐 生クリーム	ぶた肉 あさり 豆腐 牛乳 大豆 ちりめんじゃこ わかめ 里わかめ	とり肉 油あげ 牛乳 あかう わかめ ハム 豆腐 みそ	ハム チーズ 牛乳 めひかり ベーコン 白いんげん豆 豆腐
	スパゲッティ マヨネーズ 油 さとう じゃがいも 小麦粉	米 麦 油 三温糖 でん粉 ごま油 さつまいも 中さら糖 水あめ ごま	米 もち米 三温糖 さとう ごま油 ごま じゃがいも	豚芽食パン バター 小麦粉 じゃがいも 油 三温糖 米粉
	にんにく とうがらし 玉ねぎ にんじん しめじ エリンギ 干しいたけ 小松菜 パセリ オレンジ	にんにく しょうが 干しいたけ 玉ねぎ にんじん たけのこ チンゲンツアイ きゅうり きゃべつ もやし だいこん コーン	にんじん 干しいたけ もやし コーン 玉ねぎ 小松菜 ねぎ 梨	きゃべつ にんじん きゅうり コーン 玉ねぎ かぼちゃ
<b>30日 9月お誕生日給食</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・えびチキン</li> <li>・トマトライス</li> <li>・ポテトのハニーサラダ</li> <li>・ぶどうかんてんポンチ</li> </ul>	 			
とり肉 あさり エビ 牛乳 ベーコン 粉巻天	<b>血や肉をつくる赤のたべもの (牛にゆうは毎日つきます)</b>		現代ではあまりなじみのない行事ですが、 9月9日は五節句のひとつ「重陽の節句」です。 旧暦の9月9日は、現在の暦では10月中旬 ごろに当たり、ちょうど菊の花が咲く時期であっ たことから、「菊の節句」とも呼ばれます。菊の 強い香りで邪気(病気や災難など)を払い、長寿 を祈る風習があります。	
米 麦 油 小麦粉 三温糖 じゃがいも はちみつ さとう	<b>熱や力になる黄のたべもの</b>			
にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん トマト缶 マッシュルーム きゅうり きゃべつ ぶどうジュース みかん缶 パイン缶 りんご缶	<b>からだの調子を整える緑のたべもの</b>			

※都合により食材が変更になる場合があります。ご了承ください。