



献立表

長月 (ながつき)

September

令和7年8月18日 小松川中学校

*食材の都合により献立を変更する場合があります。

1日 (月)	12:00	2日 (火)	12:35	3日 (水)	12:35	4日 (木)	12:35	5日 (金)	12:35
708Kcal		757Kcal		730Kcal		705Kcal		849Kcal	
サバとトマトの缶カレー 切干大根とツナのサラダ 冷凍みかん 牛乳		わかめご飯 鮭のさざれ焼き ポン酢和え なめこの味噌汁 牛乳		オニオンベーコンパン ポークシチュー アセロゼリー 牛乳		サラダうどん 照り焼きチキン ポテトサラダ 牛乳		麻婆ナス丼 春雨サラダ ゴマ団子 牛乳	
8日 (月)	12:35	9日 (火)	12:35	10日 (水)	12:35	11日 (木)	12:35	12日 (金)	12:35
701Kcal		703Kcal		748Kcal		788Kcal		726Kcal	
栗おこわ 大豆とさつまいもの大学芋 かまぼこのすまし汁 牛乳		ごまご飯 菊花しゅうまい 青菜と菊のお浸し 鶏肉と里芋のすまし汁 牛乳		ゴマきなトースト 秋の豆乳シチュー ツナサラダ 牛乳		ミートソース・スパゲティ チーズ入りサラダ クラッシュサイダーゼリー 牛乳		ごまご飯 さばの味噌煮 小松菜のおかか和え 豆腐のすまし汁 牛乳	
13日 (土)	12:35	16日 (火)		17日 (水)	12:35	18日 (木)	12:35	19日 (金)	12:35
758Kcal		振替休日		765Kcal		710Kcal		826Kcal	
カレーライス ツナサラダ フルーツポンチ 牛乳				白身魚フライバーガー ツナとちくわのサラダ ABC スープ 牛乳		ご飯 チキン南蛮風 かいわれ大根のみぞれ和え 冷や汁 牛乳		中華丼 レバーの辛味揚げ 春雨スープ 牛乳	
22日 (月)	12:35	23日 (火)		24日 (水)	12:35	25日 (木)		26日 (金)	12:35
711Kcal		秋分の日		711Kcal		定期考査		675Kcal	
ハインチーフアン (シンガポールライス) 鶏ガラスープ ビーフン 牛乳				揚げパンセレクト マカロニサラダ ポークビーンズ ぶどう 牛乳				肉うどん サバの塩焼き きな粉おはぎ 牛乳	
29日 (月)	12:35	30日 (火)	12:35						
753Kcal		759Kcal							
きのこスパゲティ オニオンスープ さつまいもケーキ 牛乳		ご飯 ボラの竜田揚げ くるみと小魚のからめあえ 玉葱と厚揚げの味噌汁 牛乳							

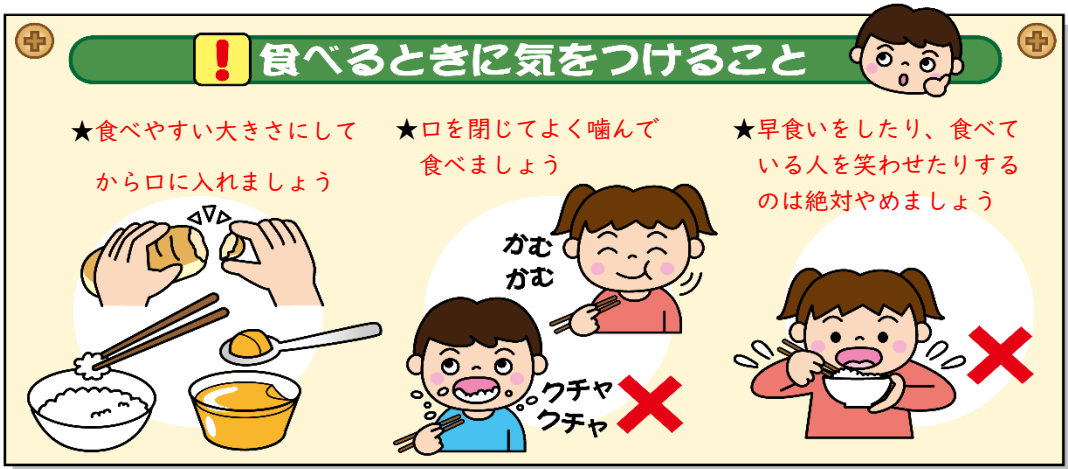
お知らせ

- 1日 (月) 防災の日
- 3日 (水) クエン酸の日
- 5日 (金) 黒ゴマの日 (6日)
- 9日 (火) 重陽
- 11日 (木) たんぱく質の日
- 18日 (木) かいわれ大根の日
郷土料理～宮崎県～
- 19日 (金) 海老の日
- 22日 (月) 世界の料理～シンガポール～
- 24日 (水) 揚げパンセレクト
(キャラメル・抹茶・砂糖)
- 26日 (金) お彼岸 (20日～26日)
- 29日 (月) お誕生日給食
- 30日 (火) くるみの日

おいしく楽しく食べるために！

食事のマナーを守りましょう

食事は1人で食べるよりも、家族や友達と一緒に食べると、よりおいしく感じますね。自分自身がおいしく楽しく食べるのはもちろん、周りの人と気持ちよく食事をするために、1人1人が食事のマナーを守ることが大切です。



感謝の気持ちを持って食べましょう



食べ物の命をいただいていること、食事ができるまでにはたくさんの人が関わっていることを忘れずに、食べられる人はなるべく残さず食べましょう。

