

令和8年

9月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。
家庭・学級においても毎日確認してください。

<今月の欠食予定>

7日(月)~8日(火) 銘苅小 6年
25日(金) 銘苅小 4年

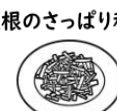
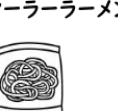
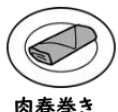
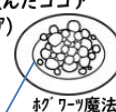
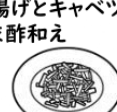
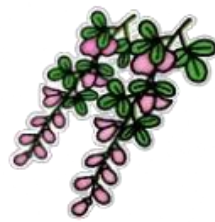
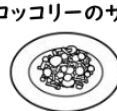
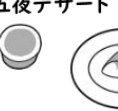
今月の給食目標

望ましい食生活を実践しよう

銘苅学校給食センター

TEL: 917-3463

学校給食の 栄養基準量		E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校 中学校	650 830	21~32.5 27~41.5	14.4~21.7 18.4~27.7

こ ん だ て	 おはなし給食 9/1(火)~9/18(金)の期間中 図書×給食 のコラボレーションで本に出てくる 料理を給食で楽しめるように アレンジしました♪ この機会に本も料理も 楽しんでくれると嬉しいです♪	1(火)  ちくわのいそべ焼き ごはん 高野豆腐入り豚汁	2(水)  小)食パン 中)ガーリックトースト 石のスープ (野菜スープ)	3(木)  おばけの天ぷら(さつまいも) もちきびごはん 冬瓜のンブシー	4(金)  マーラーラーメン(麺) マーラーラーメン(具・汁) バンバンジーサラダ
		E 562 P 20.3 F 14.7 E 703 P 25.4 F 19.1	E 502 P 20.0 F 17.7 E 626 P 22.9 F 25.4	E 603 P 23.3 F 15.3 E 708 P 27.5 F 16.8	E 533 P 26.6 F 19.3 E 654 P 31.8 F 22.3
こ ん だ て	7(月) 沖縄終戦の日  ヤファラ ジューシー ゴーヤー チャンプルー(卵なし)	8(火)  揚げギョーザ ごはん わかめスープ	9(水)  小)ガーリックトースト 中)食パン ピースープ (豆入りスープ)	10(木)  小魚と大豆のあめがらめ ごはん すきやき王のすきやき	11(金)  りんごゼリー 目玉焼き風オムレツ ごはん ポークカレー
	E 425 P 19.5 F 15.2 E 475 P 22.3 F 16.5	E 533 P 18.4 F 13.5 E 662 P 22.5 F 15.8	E 585 P 24.0 F 22.5 E 634 P 27.9 F 20.8	E 586 P 26.6 F 17.4 E 701 P 31.8 F 19.9	E 627 P 22.3 F 15.7 E 746 P 25.7 F 17.6
こ ん だ て	14(月)  肉春巻き 県産きのこの炊き込みごはん 枝豆ときゅうりのカリカリ梅和え	15(火)  米粉の抹茶ケーキ ひじきのいため煮 ごはん じゃがいものみそ汁	16(水)  ハリーの飲んだココア(ミルクココア) はさんで食べる お)ワグ魔法魔術学校のトマトポークチャップ コッペパン かぼちゃのスープ	17(木)  油揚げとキャベツのごま酢和え さばの塩こうじ焼き ごはん 根菜みそ汁	18(金)  青切みかん クレープイリチー 黒米ごはん 中身のお汁
	E 599 P 18.8 F 22.6 E 726 P 22.1 F 26.4	E 656 P 22.0 F 17.5 E 765 P 25.6 F 19.2	E 564 P 25.9 F 19.6 E 705 P 31.8 F 23.1	E 559 P 20.1 F 18.8 E 678 P 23.6 F 22.5	E 513 P 23.0 F 14.1 E 651 P 28.0 F 15.9
こ ん だ て	21(月)  敬老の日	22(火)  休日	23(水)  秋分の日	24(木)  ブロッコリーのサラダ ごはん クリームシチュー	25(金) 十五夜  十五夜デザート さんまみぞれ煮 ふきよせごはん ゴーヤーの和え物
	E 569 P 22.3 F 16.1 E 689 P 26.4 F 18.3			E 569 P 22.3 F 16.1 E 689 P 26.4 F 18.3	E 613 P 21.4 F 21.7 E 753 P 26.1 F 25.5
こ ん だ て	28(月)  大豆とごぼうのミンチカツ かぼちゃのリゾット カレーおから	29(火)  とうふハンバーグ ごはん 白菜のみそ汁	30(水)  野菜グラタン スパゲッティミートソース イタリアンサラダ	あとがたづ 後片付けもしっかりお願いします! あとがたづ 後片付けまできちんとしてこそ、楽しい給食になります。給食の後片付けのポイントです。  食器はきちんと洗って、残りがついていないか確かめる。  食器はきちんと重ね、スプーンやはしは向きをそろえて返す。  食べ残しはきまりにしたがって食缶などに戻す。  机の上や配せん台をきれいにします。	
	E 493 P 22.5 F 19.4 E 609 P 27.9 F 23.3	E 496 P 17.3 F 11.7 E 611 P 20.7 F 13.3	E 636 P 23.8 F 26.0 E 780 P 28.1 F 31.9		