

平成30年度9月予定献立表

県立湊川高等学校

| ひ 日づけ | こんだめい 献立名 | おもなざいりょう | | |
|----------|---|------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------|
| | | ち 血や肉になる | からだの 調子を整える | ちからねつ 力や熱のもとになる |
| 3 (月) | カレーライス サラダ 牛乳 | 豚肉 牛乳 | たまねぎ にんじん レタス だいこん トマト | こめ じゃがいも |
| 4 (火) | ごはん 冷しゃぶ ひじきの煮物 味噌汁 | 豚肉 うすあげ | たまねぎ だいこん かいわれだいこん ごぼ う | こめ こんにゃく |
| 5 (水) | ごはん すとり おかか和え 味噌汁 | とりにく かつおぶし | たまねぎ ブロッコ リー にんじん もやし | こめ あぶら 油 |
| 6 (木) | ごはん や 焼きビーフン 大根ナムル 中華スープ | 豚肉 餃子 | だいこん もやし にんじん いら みすな きくらげ | こめ ビーフン あぶら 油 |
| 7 (金) | ごはん すきやき風煮 煮浸し 味噌汁 | ぎゅうにく とうふ うすあげ | たまねぎ こまつな にんじん わかめ ねぎ | こめ こんにゃく あぶら 油 |
| 10 (月) | パン ポトフ 淡路島コロッケ サラダ ショア | とりにく 豚肉 ショア | たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコ リー | パン じゃがいも あぶら 油 |
| 11 (火) | ごはん おろしハンバーグ スパゲッティサラダ 味噌汁 | ハンバーグ ハム | だいこん たまねぎ きゅうり サニーレタ ス | こめ スパゲッティ マヨネーズ |
| 12 (水) | ごはん あかうおにつ 赤魚の煮付け ポン酢和え 豚汁 | 豚肉 あかうお 赤魚 | ごぼう だいこん もやし にんじん ねぎ | こめ こんにゃく |
| 13 (木) | ごはん 豚じゃが お浸し 味噌汁 牛乳 | 豚肉 牛乳 | たまねぎ ほうれんそ う にんじん はくさい | こめ こんにゃく |
| 14 (金) | ごはん からあげ きんぴら ごぼう 味噌 汁 | とりにく 豚肉 うすあ げ | キャベツ ごぼう にんじん ねぎ | こめ さといも 里芋 こんにゃ く |
| 18 (火) | ひ 冷やしうどん だいず やさい いた に 大豆と野菜の炒め煮 わかめごはん | けいらん ちくわ だいず 鶏卵 ちくわ 大豆 がんもどき | だいこん れんこん きゅうり にんじん いんげん わかめ | こめ うどん こんにゃく |
| 19 (水) | 豚丼 ごま あ ぎゅうにゅう 牛乳 | 豚肉 ちくわ 牛乳 | たまねぎ こまつな ねぎ | こめ こんにゃく ごま |
| 20 (木) | ごはん て や 照り焼きチキン パンプキンサラダ コンソメスープ | とりにく ベーコン | キャベツ かぼちゃ レタス たまねぎ | こめ マヨネーズ |
| 21 (金) | ミートスパゲティ サラダ フルー ツ | 豚肉 ハム 牛乳 | たまねぎ にんじん だいこん グリンピース みすな りんご | スパゲティ あぶら 油 |
| 25 (火) | ごはん さけ 鮭フライ き ぼ だいこんに 味噌汁 牛乳 切干し大根煮 | さけ うすあげ 牛乳 | だいこん キャベツ にんじん ねぎ | こめ じゃがいも あぶら 油 |
| 26 (水) | ごはん 豚となすのみそ炒め 春雨サラダ 味噌汁 | 豚肉 けいらん ハム 鶏卵 | なす たまねぎ こまつな ピーマン きゅうり ねぎ | こめ はるさめ |
| 27 (木) | そばめし 味噌汁 ジュース | 豚肉 ちくわ | キャベツ だいこん ごぼう にんじん ねぎ | こめ ちゅうかめん 中華麺 こんにゃ く |
| 28 (金) | ラーメン シュウマイ ごはん | 豚肉 なんと | キャベツ たまねぎ たまねぎ ねぎ にんじん | こめ ちゅうかめん 中華麺 |

※ 物資等の都合により献立が変更となる場合があります。

<給食だより>

夏休みが終わり、2学期が始まりました。今年は特に暑い日が多かったので、体調を崩さなかつたですか？今月は、アンケートで人気の高かった唐揚げやラーメンがあります。お楽しみに！

