



8・9がつ こんだてひょう



令和8年8月28日 舞鶴市立中筋小学校

8月31日（月）	9月1日（火）	2日（水）	3日（木）	4日（金）
ごはん ぎゅうにゅう ぎょうざ丼 春雨スープ 2学期の給食スタートです！2学期は行事が多く、疲れも出やすくなります。しっかり食べて、元気に過ごしましょう。	チキンライス ぎゅうにゅう じゃがいものチーズ煮 野菜スープ チキンライスは、日本で生まれた料理です。味付けにケチャップが使われています。	味付けパン ぎゅうにゅう ポテトグラタン ジュリアンスープ ジュリアンスープは、野菜を細く切ったスープのことです。ジュリアンとは、フランス語で女性の髪のように細いという意味があります。	むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう ひじきと万願寺甘とうのピリ辛丼 たまねぎのみそ汁 万願寺甘とうは、舞鶴市発祥の野菜です。5月から11月ごろまで収穫されています。	パン ぎゅうにゅう カレービーンズ ほうれん草のソテー ヨーグルト 【クイズ1】ヨーグルトは何から作られるでしょう？ ①牛乳 ②豆乳 ③小麦粉
7日（月）	8日（火）	9日（水）	10日（木）	11日（金）
ごはん ぎゅうにゅう 夏野菜マーボー 春雨サラダ 夏野菜のなすと万願寺甘とうが入ったマーボーどうふです。	ごもく 五目ごはん ぎゅうにゅう 高野どうふの野菜いため すまし汁 【クイズ2】高野どうふは、どうふをどのように加工して作られているでしょう？ ①炒める ②揚げる ③凍らせる	シュガーあげパン ぎゅうにゅう もやしソテー かきたま汁 シュガーあげパンは、上白糖とグラニュー糖、甘さを引き立てるためにほんの少しの塩を合わせたものをまぶしています。	むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう サバの竜田あげ とん汁 舞鶴の海でとれたサバを使います。片栗粉をつけて、カリッと揚げます。	こがた 小型パン ぎゅうにゅう みそラーメン かんぴょうサラダ 【クイズ3】かんぴょうの生産量が多い都道府県はどこでしょう？ ①京都府 ②北海道 ③栃木県
14日（月）	15日（火）	16日（水）	17日（木）	18日（金）
ごはん ぎゅうにゅう ハヤシライス コーンサラダ 給食のハヤシライスは、ハヤシルウだけでなく、コクを出すためにウスターソースとケチャップも入れています。	こぎつねごはん ぎゅうにゅう イワシの方願寺ソースがけ とうふのみそ汁 舞鶴の海でとれたイワシを使います。イワシを揚げたあとに、刻んだ万願寺甘とうが入ったソースをかけます。	バターパン ぎゅうにゅう きのこと万願寺のミートスパゲティ レモンサラダ バターパンは、学期に1回出るパンです。いつものコッペパンよりもバターの風味を強く感じるパンです。	むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう ぶた肉のしょうがいため たまごスープ 暑くて食欲がわきにくい時期です。しょうがには、食欲をアップさせてくれる効果があります。暑さに負けずしっかり食べましょう。	パン ぎゅうにゅう とり肉の香草パン粉焼き レタスとトマトのスープ サラダに使われることが多いレタスですが、スープに入れてもおおいしく食べることができます。トマトも入っているので、彩りがきれいなスープです。
21日（月）	22日（火）	23日（水）	24日（木）	25日（金）
敬老の日	国民の休日	秋分の日	むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう チキンカレー フルーツパンチ 福神漬け フルーツパンチには、サイダーが入っています。暑い時期にぴったりなこんだてです。	パン ぎゅうにゅう うさぎ型ハンバーグ キャベツのソテー お月見汁 この日は中秋の名月なので、お月見こんだてです。お月見汁には、月に見立てた白玉が入っています。
28日（月）	29日（火）	30日（水）	9月の給食目標 『給食の準備をすばやくしよう』 給食時間は準備も含めて40分間です。食べる時間をしっかり確保するには、給食当番の準備をすばやくするのが大切です。 4時間目の授業が終わったら、すばやく身支度を整えて、みんなで協力して給食当番の仕事をしましょう。	
ごはん ぎゅうにゅう キャベツと厚揚げのホイコーロー 切干大根のナムル 【クイズ4】キャベツと厚揚げのホイコーローは給食の中で一番たくさんのキャベツを使う料理です。何kg使っているでしょう？ ①30kg ②50kg ③70kg	へしこチャーハン ぎゅうにゅう カマスのチリソースがけ わかめスープ 舞鶴でとれた魚をぬか漬けにした「へしこ」を使ったチャーハンです。	ミルクパン ぎゅうにゅう チリコンカン ウインナーと野菜のスープ 【クイズ5】チリコンカンはどこの国の料理でしょう？ ①韓国 ②イタリア ③アメリカ		

※警報などによる給食中止の影響で、こんだてを変更する場合があります。ご了承ください。