



9がつ こんだてひょう



令和7年8月29日 舞鶴市立中筋小学校

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)
ごはん ぎゅうにゅう なら入りマーボー豆腐 切干大根のナムル 2学期の給食スタートです! 人気メニューのマーボー豆腐をたくさん食べましょう!	ごみごはん ぎゅうにゅう とり肉のてりやき すまし汁 とりのてりやきは、調味料で下味をつけて、オーブンで焼いて作ります。	味付けパン ぎゅうにゅう カレービーンズ ほうれん草のソテー カレービーンズに入っている大豆は、たんぱく質が多く含まれるため、「畑の肉」とも呼ばれます。	麦ごはん ぎゅうにゅう ぶた肉のしょうがいため 小松菜のみそ汁 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 白身魚の香草焼き ウィンナーと野菜のスープ ホキという白身魚を使います。ホキは、白身フライやちくわの原料として、日本でよく使われている魚です。
8日(月) ごはん 福神漬け ぎゅうにゅう ポークカレー フルーツポンチ フルーツポンチは、ゼリーと果物のシロップを和えたものです。フルーツポンチはこれに炭酸を加えています。	9日(火) キムチチャーハン ぎゅうにゅう のり豆ポテト 春雨スープ のり豆ポテトは、大豆とじゃがいもを油であげて作ります。塩コショウと青のりだけを使ったシンプルな味付けです。	10日(水) 国産小麦パン ミニゼリー ぎゅうにゅう ミートサンド レタスとトマトのスープ レタスはサラダとして食べられることが多いですが、スープに入れてもおいしく食べることができます。	11日(木) 麦ごはん ぎゅうにゅう チキンチキンごぼう 実だくさんのみそ汁 チキンチキンごぼうは、山口県の給食発祥のメニューです。一口サイズのとり肉とごぼうを油で揚げて、タレとからめます。	12日(金) 小型パン いちごジャム ぎゅうにゅう しょうゆラーメン かんぴょうサラダ 【クイズ1】かんぴょうの生産量が多い都道府県はどこでしょうか? ①京都府 ②北海道 ③栃木県
15日(月) 敬老の日 敬老の日	16日(火) へしこチャーハン ぎゅうにゅう 万願寺甘とうとちくわの炒め物 わかめとたまごのスープ 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。	17日(水) バターパン ぎゅうにゅう とり肉のオレンジソース コーンスープ とり肉のオレンジソースは、とり肉を油で揚げたものに、マーマレードで作ったソースをかけて作ります。	18日(木) 麦ごはん ぎゅうにゅう とり肉じゃが 小松菜とじゃこの炒め煮 給食の肉じゃがは牛肉や豚肉で作ることが多いですが、今月はとり肉を使って作ります。とり肉のうまみが味わえる肉じゃがです。	19日(金) パン ぎゅうにゅう チリコンカン ABCスープ 【クイズ2】「パン」という名前はどこの国の言葉がもともとなっているのでしょうか? ①アメリカ ②イタリア ③ポルトガル
22日(月) ごはん ぎゅうにゅう ひじきと万願寺甘とうのピリ辛丼 みそワタンスープ 万願寺甘とうは、9月も旬でたくさんとれます。舞鶴の有名な野菜を味わって食べましょう。	23日(火) 秋分の日 秋分の日	24日(水) ミルクパン ぎゅうにゅう ビーフンの五目炒め 冬瓜のコンソメスープ 【クイズ3】スープに入っている冬瓜の旬はいつでしょうか? ①春 ②夏 ③秋 ④冬	25日(木) 麦ごはん ぎゅうにゅう サバのカレー竜田揚げ 豚汁 舞鶴の海でとれたサバを使います。カレー粉をつけて揚げるので、カレー風味になっています。	26日(金) ココアあげパン ぎゅうにゅう もやしソテー たまごスープ 【クイズ4】にわとりは1日に何個のたまごを産むのでしょうか? ①1個 ②2個 ③3個以上
29日(月) ごはん ぎゅうにゅう しゃきしゃき牛丼 けんちん汁 切干大根が入ったしゃきしゃき食感の牛丼です。切干大根は、味がしみこんでいるので、よくかんで食べるとジュワっとおいしさが広がります。	30日(火) ウィンナーピラフ ぎゅうにゅう じゃがいものチーズ煮 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。	<div style="border: 2px dashed blue; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">9月の給食目標</p> <p style="text-align: center;">『給食の準備をすばやくしよう』</p> <div style="display: flex; align-items: center;"> <p>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と確保するには、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、みんなが協力して給食当番の仕事をししましょう。</p> </div> </div>		

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