

# 9がつ こんだてひょう

舞鶴市立明倫小学校



## 9月の給食目標 『準備や後片付けをきちんとしよう。』

当番が配りやすいように机は片付いていますか？牛乳パックはしっかりとためていますか？  
1人1人が気をつけると準備も後片付けもスムーズにできます。もう一度見直してみましょう！



|                                                                                                                 |                                                                                                                                       |                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>9月3日(木)は吉原小学校の全校生と一緒に給食を食べます。</p>                                                                            | <p>1日(火)</p> <p>チキンライス 牛乳</p> <p>のり豆ポテト</p> <p>たまご卵スープ</p> <p>サイコロの形に切ったじゃがいもと、ゆでた大豆を油で揚げて、塩と青のりをまぶします。</p>                           | <p>2日(水)</p> <p>味付けパン 牛乳</p> <p>ポテトグラタン</p> <p>野菜スープ</p> <p>&lt;ポテトグラタン&gt;</p> <p>じゃがいもとコーンのグラタンです。</p>           | <p>3日(木)</p> <p>夏野菜カレー 牛乳</p> <p>フルーツパンチ</p> <p>福神漬け</p> <p>冷たく冷やした果物の缶詰と、カラフルなゼリーを混ぜ、サイダーをかけたフルーツパンチです。</p>                                                                                                                                            | <p>4日(金)</p> <p>シュガー揚げパン 牛乳</p> <p>切干大根のごま和え</p> <p>かきたま汁</p> <p>シュガー揚げパンは、カラッと揚げたパンに、グラニュー糖と砂糖を混ぜたものをまぶします。</p> |
| <p>7日(月)</p> <p>ご飯 牛乳</p> <p>夏野菜マーボー</p> <p>春雨サラダ</p> <p>かぼちゃや万願寺甘とうなどの季節の野菜が入ったマーボー豆腐です。ご飯と一緒に食べよう！</p>        | <p>8日(火)</p> <p>五目ご飯 牛乳</p> <p>鶏肉の照り焼き</p> <p>じゃがいものみそ汁</p> <p>鶏肉、ごぼう、にんじん、しいたけ、あぶら揚げが入った五目ご飯です。最後の一粒まで残さず食べよう！</p>                   | <p>9日(水)</p> <p>国産小麦パン 牛乳</p> <p>カマスのチリソース</p> <p>コーン卵スープ</p> <p>地場産こんだての日</p> <p>カマス</p>                          | <p>10日(木)5年生野外活動</p> <p>麦入りご飯 牛乳</p> <p>厚揚げとキャベツのホイコウロウ</p> <p>切干大根のナムル</p> <p>ホイコウロウは、豚肉と野菜を甘辛い味で炒めた料理です。</p>                                                                                                                                          | <p>11日(金)5年生野外活動</p> <p>小型パン 牛乳 ジャム</p> <p>万願寺甘とう入り担々麺</p> <p>キャベツときゅうりの塩昆布和え</p> <p>6年生のために、再登場 担々麺</p>         |
| <p>14日(月)</p> <p>ご飯 牛乳</p> <p>みそコーン豚肉丼</p> <p>厚揚げのみそ汁</p> <p>豚肉、玉ねぎ、コーンを砂糖、みそ、みりん、しょうゆで味付けします。ご飯にのせて食べましょう。</p> | <p>15日(火)</p> <p>こぎつねご飯 牛乳</p> <p>ちくわの磯辺揚げ</p> <p>すまし汁</p> <p>こぎつねご飯は、油揚げとコーンの入った具をご飯にまぜています。</p>                                     | <p>16日(水)</p> <p>バターパン 牛乳</p> <p>きのこ万願寺のスパゲティ</p> <p>レモンサラダ</p> <p>万願寺甘とうの入ったスパゲティだよ！</p>                          | <p>17日(木)</p> <p>麦入りご飯 牛乳</p> <p>鶏肉のつくね・しそ和え</p> <p>実だくさんのみそ汁</p> <p>鶏肉のつくねは、鶏挽肉、豆腐、たまねぎ、ごぼう、パン粉を合わせオープンで焼きます。</p>                                                                                                                                      | <p>18日(金)</p> <p>パン 牛乳</p> <p>カレービーンズ</p> <p>コーンサラダ</p> <p>キャベツ、きゅうり、コーンを歯ごたえが残るように加熱し、手作りドレッシングで和えたサラダです。</p>   |
| <p>21日(月)</p> <p>敬老の日</p>                                                                                       | <p>22日(火)</p> <p>いも名月</p> <p>十五夜は、いも名月ともいわれています。月見だんごが登場する前は、いもが供えられていたことや、いもの収穫助でさといもを供えるところが多かったことなどがその理由とされています。</p>               | <p>23日(水)</p> <p>秋分の日</p>                                                                                          | <p>24日(木)</p> <p>麦入りご飯 牛乳</p> <p>サバの竜田揚げ</p> <p>お月見汁 ふりかけ</p> <p>地場産こんだての日</p> <p>舞鶴の海でとれた</p>                                                                                                                                                          | <p>25日(金)</p> <p>パン 牛乳</p> <p>チリコンカン</p> <p>コンソメスープ</p> <p>2026年の中秋の名月は9月25日です。満月になるのは27日だそうです。</p>              |
| <p>28日(月)</p> <p>ご飯 牛乳</p> <p>イワシの万願寺ソース</p> <p>豆腐のみそ汁</p> <p>地場産こんだての日</p> <p>万願寺甘とう</p> <p>イワシ</p>            | <p>29日(火)</p> <p>へしこチャーハン 牛乳</p> <p>万願寺甘とうのちくわ炒め</p> <p>わかめスープ</p> <p>地場産こんだての日</p> <p>へしこ(サバのぬか漬)</p> <p>焼いてほぐしてチャーハンにまぜていただきます。</p> | <p>30日(水)</p> <p>ミルクパン 牛乳</p> <p>じゃがいものチーズ煮</p> <p>ミネストローネ</p> <p>ミネストローネには、たまねぎ、キャベツ、にんじん、枝豆等たくさん野菜が入ったスープです。</p> | <p>きゅうしよくまえ てあら 給食前は手洗い・うがいをしっかりしましょう！</p> <p>こんげつ じばさんづつ 今月の地場産物</p> <p>まんがんにあま 万願寺甘とう</p> <p>まんがんにあま 万願寺甘とうのキャラクター「あまとくん」</p> <p>とうがらしの王様です。</p> <p>へしこ...さばのぬか漬</p> <p>きょうとふくはく ふういけん 京都府北部・福井県のきょうどりょうり 郷土料理です。</p> <p>サバ</p> <p>イワシ</p> <p>カマス</p> |                                                                                                                  |

※気象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。