

9月の献立表



大田区立大森第一中学校
校長 高橋 真弓

月	火	水	木	金	土
1日	2日	3日	4日	5日	
始業式	牛乳 ハヤシライス フレンチサラダ カルピスゼリー エネルギー 840 kcal たんぱく質 25.2 g	牛乳 親子丼 煮びたし みそ汁 エネルギー 779 kcal たんぱく質 33.0 g	牛乳 ピザトースト マカロニサラダ ジュリエンスープ エネルギー 769 kcal たんぱく質 33.0 g	牛乳 マーボー茄子丼 卵とコーンの中華スープ りんご エネルギー 808 kcal たんぱく質 27.6 g	
8日	9日	10日	11日	12日	
	重陽の節句	区陸上競技選手権大会			
牛乳 冷やし坦うどん 白菜の甘酢和え 大学芋 エネルギー 775 kcal たんぱく質 30.4 g	牛乳 ごはん さばの塩焼き おろしソース 菊花和え みそ汁 抹茶ミルクムース エネルギー 778 kcal たんぱく質 32.5 g	牛乳 カレーライス キャベツとコーンのサラダ 小松菜のスープ エネルギー 852 kcal たんぱく質 26.1 g	牛乳 黒砂糖パン トマトとチーズのオムレツ もやしのソテー 野菜スープ エネルギー 765 kcal たんぱく質 35.7 g	牛乳 ひじきごはん もやしの甘酢煮 呉汁 水ようかん エネルギー 772 kcal たんぱく質 31.9 g	
15日	16日	17日	18日	19日	20日
敬老の日	定期考査	定期考査	牛乳 コーンピラフ 魚のエスカベッシュ 洋風卵スープ エネルギー 769 kcal たんぱく質 31.6 g	牛乳 ごはん 肉じゃが みそ汁 牛乳ゼリー エネルギー 782 kcal たんぱく質 26.3 g	土曜授業 牛乳 なす入り スパゲティミートソース 白菜とベーコンのスープ チーズケーキ エネルギー 843 kcal たんぱく質 34.2 g
22日	23日	24日	25日	26日	
振替休業日	秋分の日	牛乳 豚肉のしぐれごはん ちくわの磯辺揚げ みそ汁 エネルギー 766 kcal たんぱく質 26.4 g	牛乳 ごはん 卵焼きの甘酢あんかけ チャーホーサイ みそ汁 エネルギー 780 kcal たんぱく質 29.9 g	給食試食会 牛乳 バターライス 鶏のクリームかけ パリパリサラダ BLTスープ りんごゼリー エネルギー 773 kcal たんぱく質 27.2 g	
29日	30日				
1年生 移動教室	1年生 移動教室				
牛乳 中華丼 もやしのナムル にらたまスープ 豆乳プリン 黄桃ソース エネルギー 830 kcal たんぱく質 31.4 g	牛乳 ココアパン フライドフィッシュ リヨネーズポテト ミネストローネ エネルギー 772 kcal たんぱく質 34.5 g				

❀お知らせ❀

◇行事や食材購入の都合により、献立や材料が変更になる場合があります。ご了承ください。