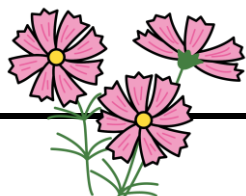


令和5年度



9月分 給食献立表

大田区立志茂田小学校

日	曜	献立	栄養量(中学年)	
			エネルギー kcal	たん白質 g
4	月	ビビンバ ぎゅうにゅう わかめたまごスープ くだもの	604	24.3
5	火	♪8月バースデー給食♪ あげなすとトマトのスパゲティ ぎゅうにゅう コールスローサラダ こまつなケーキ	647	22.5
6	水	むぎごはん のりのつくだに ぎゅうにゅう とりにくとじゃがいものうまに ちくわのゆかりあげ	584	21.7
7	木	♪かみかみ給食♪ メープルシロップトースト ぎゅうにゅう こめこのクリームシチュー かみかみサラダ くだもの	587	23.4
8	金	♪重陽の節句給食♪ ごまじゃこごはん ぎゅうにゅう さけのさざれやき きっかおひたし とんじる	624	31.1
11	月	バターライスのきのこソースかけ ぎゅうにゅう パリパリツナサラダ くだもの	621	20.8
12	火	きんぴらごはん ぎゅうにゅう ちぐさやき みそしる	623	27.6
13	水	てりやきチキンバーガー ぎゅうにゅう ヌードルスープ	598	28.4
14	木	こまつなチャーハン ぎゅうにゅう かいせんシューマイ はるさめスープ	579	23.8
15	金	ごはん ぎゅうにゅう さかなのみそにふう いそあえ けんちんじる	618	30.6
19	火	キムたくごはん ぎゅうにゅう パリパリひじき あおなのすましじる	616	21.9
20	水	ミルクパン ぎゅうにゅう さかなのバーベキューソースかけ ジャーマンポテト トマトスープ	550	25.7
21	木	ごもくうどん ぎゅうにゅう たこぺったん ナタデココポンチ	660	25.9
22	金	チンジャオロースどん ぎゅうにゅう チーズのふわふわスープ ちゅうかふうきゅうり	625	24.9
25	月	さつまいもごはん ぎゅうにゅう さんまのすがたに とうがんのかきたまじる	600	22.3
26	火	くろざとうパン ぎゅうにゅう ムサカ ABCスープ	626	25.1
27	水	サッポロラーメン のむヨーグルト やさいたっぷりぎょうざ くだもの	599	22.9
28	木	♪9月バースデー給食♪ ドライカレー ぎゅうにゅう わかめサラダ 2しょくゼリー	638	20.8
29	金	♪十五夜給食♪ ぎゅうにくのしぐれごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる ごまだんご	644	21.2

はやね・はやおき・あさごはんをこころがけよう!!

給食の前はよく手をあらおう!!当番はマスクをします。