



8・9月もりつけ図



スクールミールにしとさ

月	火	水	木	金
 2学期がはじまります	○食品の3つのはたらきがわかり、 グループ分けができる。		8/28 中学校スタート おやこどん なんばんあえ	29 おかかあえ ごはん マーボーナス
9/1 小学校スタート オレンジゼリー そばろどん かんぶつ のあえもの	2 あまずあえ ちくわのいそべあげ 小1〜3 1本 小4〜中学生 2本 おぎごはん とりくんと えのきのスープ	3 クエン酸の日 グレープゼリー はるさめサラダ ごはん レモンでさっぱり!ミネラルと ゴーヤのなつやさいいため	4 かみかみきゅうり サバのてりやき ごはん だいずのいそに	5 おこめのババロア (とうにゅうみかん) ユーリンチー ごはん ごもくスープ
8 こまつなサラダ タンドリーチキン ごはん わかめスープ	9 カミカミ献立 キャベツのしょうが しょうゆあえ ごはん ごぼうとぶたにくの いために	10 てづくりマラーカオ ミートスパゲッティ グリーンサラダ	11 たんぱく質の日 ぎゅうにゅうかん カツカレー げんきサラダ	12 なすのツナあえ とうふのケチャップに ごはん
15 敬老の日 	16 ごまあえ ひじきとコーンのかきあげ ごはん とんじる	17 なし チキンライス ポパイサラダ	18 西土佐中学校2年生リクエスト献立 かいそうサラダ こくとうかん ごはん シイラのフレークやき てつじんスープ	19 地産地消献立 りゅうきゅうの すのもの ゆずゼリー ごはん しまんとのあゆのからあげ にしとさのやさい いっぱいみそする
22 カルピスカン ブルコギどん しめじとほうれんそう のあえもの	23 秋分の日 	24 おこめde ガトーショコラ だいこんサラダ ごはん ぶたにくのさっぱり	25 しのだあえ カツオのたたきふ からあげ ごはん やさいたっぶり はるさめスープ	26 いそかあえ さつまいもと とりくにあまからに ごはん
29 だいずのごもくに ゆずドレッシング あえ ごはん やきとりふうに	30 ひじきの ピリツとサラダ アジのなんばんづけ ごはん すましじる	9月の給食目標 「食べ物の栄養を知ろう」 		