

	月	火	水	木	金	土 8月31日	日 1
朝							ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 がんもどき煮
昼	*朝食、昼食には牛乳が必ずつきます。朝食には週3日パンがつきます *材料の都合により、献立が変更することがあります						ご飯 ジャージャー麺 とうふサラダ 牛乳
夕						かき揚げ天井 サラダ 味噌汁	チキンカレーライス サラダ
	2	3	4	5	6	7	8
朝	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 野菜 ソテー	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ウインナー	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ほうれん草の卵とじ	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 たこ焼き	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 モヤシ炒め	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 目玉焼き	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 がんもどき煮
昼	ご飯 煮魚 ブロッコリーのサラダ 豚汁 一口ゼリー	親子丼 冷やっこ 具だくさん味噌汁 牛乳	ご飯 魚の塩麹焼き 高野豆腐の煮物 味噌汁 枝豆	冷やし中華 サラダ 牛乳	ハヤシライス サラダ プリン又はヨーグルト 牛乳	ご飯 冷製きのこスパ サラダ 牛乳	ご飯 冷やし五目うどん サラダ 牛乳
夕	ご飯 麻婆豆腐 海草サラダ	ご飯 サラダチキン ひじきの煮物 玉葱と人参の吸い物	タコライス コンソメスープ	ご飯 和風ハンバーグ 野菜炒め 玉葱と人参の吸い物	ご飯 揚げシューマイ キャベツとカニのサ ナムル ワカメスープ	ご飯 タツリタン キャベツの中華和え 枝豆 卵スープ	ご飯 チャンプルー マカロニサラダ 漬け物 味噌汁
	9	10	11	12	13	14	15
朝	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 野菜 ソテー	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ミートボール	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ベーコンスクランブル	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 たこ焼き	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 モヤシ炒め	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ウインナー	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 がんもどき煮
昼	ご飯 魚のマヨネーズ焼き 五目きんぴら 枝豆 かきたま汁	豚キムチ丼 中華スープ 海草サラダ 牛乳	ご飯 水餃子 大根サラダ 牛乳	ご飯 サラダうどん ポテトサラダ 牛乳	ご飯 春巻き 一口ゼリー 春雨の和え物 エスニックスープ	豚玉丼 サラダ お吸い物 牛乳	ご飯 皿うどん サラダ
夕	ナシゴレン サラダ ワカメスープ	ご飯 鶏のから揚げ 切り干し大根の煮物 漬け物 玉葱と人参の吸い物	シーフードカレー ヨーグルト和え	ご飯 メンチカツ ちくわの磯辺揚げ 根菜の煮物 漬け物 味噌汁	ご飯 豚肉と厚揚げの炒め スパサラダ 小松菜の和え物 かきたま汁	ご飯 ムサカ かぼちゃサラダ キャベツスープ	ご飯 スパニッシュオムレツ イタリアンサラダ 豆スープ 枝豆
	16	17	18	19	20	21	22
朝	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 野菜 ソテー	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ミートボール	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ウインナー	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 卵とじ	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 モヤシ炒め	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 がんもどき煮	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 目玉焼き
昼	シチューオンライス ぱりぱりサラダ 牛乳	ご飯 冷かき揚げうどん 切り干し大根サラダ 牛乳	三色丼 具だくさん味噌汁 キムチ冷奴 牛乳	ピピンバ サラダ 卵スープ 牛乳	ご飯 ツナおろしスパ かぼちゃサラダ 牛乳	カレーチャーハン キャベツとハム 牛乳	ご飯 焼きそば 玉葱と人参の吸い物 サラダ
夕	 お月見は、 あたい にね	ご飯 豆腐の肉みそあん ブロッコリーのサラダ 玉葱と人参の吸い物	ご飯 鯖の塩焼き ひじきの煮物 枝豆 味噌汁	ご飯 タンダーチキン じゃが芋のスープ イタリアンサラダ 枝豆	ご飯 肉じゃが キャベツの和え物 みかん けんちん汁	ご飯 白身魚のフライ コロケ もやしの和え物 一口ゼリー 味噌汁	ハヤシライス サラダ
	23	24	25	26	27	28	29
朝	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ベーコンスクランブル	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 たこ焼き	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 野菜 ソテー	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ミートボール	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 モヤシ炒め	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 がんもどき煮	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 目玉焼き
昼	ご飯 しゅうまい ワカメスープ 一口ゼリー 中華風野菜炒め	キーマカレー ぱりぱりサラダ 牛乳	ご飯 あじのフライ ハッシュドポテト 根菜の煮物 かきたま汁 枝豆	中華飯 ワカメスープ 牛乳	ご飯 スパゲッティミートソース サラダ 牛乳	 学園祭	
夕	さつま芋ご飯 さばの照り焼き マカロニサラダ 味噌汁	ご飯 豚カツ 里芋とひじきの煮物 漬け物 玉葱と人参の吸い物	ピラフ かぼちゃのスープ まめまめサラダ	ご飯 鶏のから揚げ 切り干し大根の煮物 漬け物 吸い物	ご飯 塩マーボー 海草サラダ	カレーライス サラダ	

9月と言っても、まだまだ暑い日が続きますが、体調を崩すことなく元気で過ごせるよう、食の面から生徒の皆さんを応援しています。