

8.9月

きだしょうがっこう



きりぼしだいこんの きゅうしよくつでた につけ きょうしよくつでた いたごはん

うめぼし・つくだに やきのり

岐福(ぎふ)みそじる 4日

エネルギー 543kcal 塩分 2.2g

こまつなのおかかあえ

シシャモのくろごまあげ れいとうみかん

かぼちゃのみそじる 5日

エネルギー 612kcal 塩分 1.8g

えだまめのしおゆで

ドライカレー

コンソメスープ 30日

(むぎいり) エネルギー 583kcal 塩分 1.4g

ギョーザ

ちゅうかどんぶり

わかめスープ 31日

(むぎいり) エネルギー 632kcal 塩分 2.6g

とうにゅうあんにんどうふ

チンジャオロース

コーンたまごスープ 1日

エネルギー 608kcal 塩分 1.5g

もやしのソテー

アジのマリネ

くらパン ラビオリスープ 11日

エネルギー 608kcal 塩分 2.4g

じゃがいものごまに

とりにくのやさいいため

うずらたまごのすまじる 12日

エネルギー 618kcal 塩分 1.9g

キャベツとツナのソテー

オムレツ

コッパン チキンビーンズ 6日

エネルギー 557kcal 塩分 2.4g

パンサンスー

コーンシューマイ

ちゅうかめん ジャーチャーめん 7日

エネルギー 583kcal 塩分 2.2g

にんじんシリシリ

ゴーヤチャンプルー

たまごいりアーサーじる 8日

エネルギー 575kcal 塩分 2.0g

敬老の日

「敬老の日」とは、法律で決められた「国民の祝日」です。「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う日。」とされています。

<内閣府 国民の祝日より> 18日

こうめのさっぱりあえ

とりもつに ミニゼリー

かぼちゃのほうとう 19日

エネルギー 574kcal 塩分 2.2g

ひじきとだいずのもの

ちくわのカレーてんぷら

ソフトめん ペスカトーレソース 20日

(むぎいり) エネルギー 618kcal 塩分 2.4g

くきわかめのいために

ぶたキムチ

(むぎいり) とうふとらのスープ 14日

エネルギー 553kcal 塩分 2.1g

じゃがいものきんぴら いりたまご

ツナごはん

あつあげのみそじる 15日

エネルギー 612kcal 塩分 2.2g

カラフルサラダ

フライビーンズ

コッパン

かいばしらのチャウダー 25日

エネルギー 589kcal 塩分 2.4g

きりぼしだいこんのハリハリつけ

あつあげのそぼろあんかけ

とうにゅうじる 26日

エネルギー 603kcal 塩分 1.7g

キャベツのごまあえ

わふうハンバーグ

(むぎいり) 岐福(ぎふ)そうでんみそじる 27日

エネルギー 603kcal 塩分 1.7g

さいともとあつあげのもの

サバのしおやき

つきみデザート

(むぎいり) うちまめじる 28日

エネルギー 643kcal 塩分 1.9g

フルーツポンチ

きのこスパゲティ

クロワッサン

ポテトスープ 29日

エネルギー 560kcal 塩分 2.0g