

9月

長森南中

このマークは「味の旅」
今月は「徳島県」です。

始業式

切り干し大根の煮つけ 給食室で炊いたご飯

梅干し 佃煮

焼きのり

1日

粉ふきいも

アジのマリネ

レーズンパン

ミネストローネ

2日

3日

角麩の煮つけ

県魚の天ぷら

うちぞし汁

6日

フルーツの盛り合わせ

野菜のソテー

鶏肉のケジュヌ

7日

中華あえ

シュウマイ

一食中華麺

ジャージャー麺

8日

枝豆の塩ゆで

ドライカレー

トマトと卵のスープ

9日

ポイルキャベツ

煮込みハンバーグ

パンズパン

貝柱のクリームスープ

10日

ごまあえ

鶏肉の野菜炒め

えびしんじょ汁

13日

大根の甘酢漬け

青椒肉絲

豆乳デザート

にらたまスープ

14日

いり飯

鶏肉の佐那河内揚げ

さつまいもの味噌汁

15日

ひじきと大豆の煮物

いり卵

鮭ごはん

岐福(ぎふ)味噌汁

16日

小松菜のソテー

オムレツ

米粉食パン

ボークビーンズ

17日

敬老の日

里芋の煮つけ

サンマの塩焼き

月見団子

きのこ汁

21日

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

22日

秋分の日

大根と厚揚げの煮物

鶏つくねの香味味噌

冷凍みかん

すまし汁

24日

キャベツの生姜醤油あえ

豚肉のあんからめ

岐福(ぎふ)早田味噌汁

27日

じゃがいものきんぴら

カツオの煮つけ

冷凍みかん

かきたま汁

28日

五目豆

大学芋

アイスcream

きこうどん

29日

筑前煮

黒ごま

サケのおろしだれ

湯葉のすまし汁

30日

鉄分が多い献立の日

食物せんいが多い献立の日

「日本型食事」の日