



# 8・9 月分学校給食献立表



美里町立美里中学校

給食目標：背筋をのばして姿勢よく食べよう

月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI
<p>9月より</p> <p>毎週水曜日は「おにぎりの日」 おにぎりは1～2個くらいが適量です。 おにぎりの中身は「梅干し」のみ、海苔は巻いても巻かなくても、自由です。</p>	<p>29 2学期給食スタート！</p> <p>フルーツポンチ チキンナゲット クロワッサン ナポリタン 牛乳</p>	<p>30 ドレッシングをかけて食べよう</p> <p>もやしのサラダ(和風ドレッシング) 白ごまつくねみそだれ ごはん じゃがいもの磯煮 牛乳</p>	<p>31 冷たくておいしい冷凍みかん</p> <p>れいとうみかん チンジャオロース ごはん わかめスープ 牛乳</p>	<p>1 カレー風味のスパイシースープ</p> <p>ブロッコリーのマヨ和え ミートボールグラタン さきたまボールパン スパイシースープ 牛乳</p>
<p>4 野菜を食べよう！</p> <p>五目きんぴら 照り焼きハンバーグ ごはん 野菜椀 牛乳</p>	<p>5 ミネストローネはイタリアの料理</p> <p>コールスローサラダ コロケ 子どもパンスライス スライスチーズ ミネストローネ 牛乳</p>	<p>6 生揚げはカルシウムが豊富</p> <p>即席漬け 鶏のはちみつ焼き おにぎり 生揚げの旨煮 牛乳</p>	<p>7 ごはんの具を混ぜて食べよう</p> <p>鶏ごぼうごはんの具 あじのスタミナ焼き ごはん 大根のみそ汁 牛乳</p>	<p>8 しゃくし菜→秩父の特産品</p> <p>きゅうりとわかめのさっぱり和え しゃくし菜まん 地粉うどん カレーうどん汁 牛乳</p>
<p>11 から揚げにレモンソースをかけます</p> <p>おかか和え 鶏のレモンソースかけ ごはん 豆腐のスープ 牛乳</p>	<p>12 ハッシュドポテトのチーズ焼き→新メニュー！</p> <p>きゅうりとコーンのサラダ ハッシュドポテトチーズ焼き 黒パン オニオンスープ 牛乳</p>	<p>13 人気メニューのワンタンスープ</p> <p>もやしとにんじんの中華和え ししゃもフライ おにぎり ワンタンスープ 牛乳</p>	<p>14 体育祭 ファイト！！</p> <p>グリーンサラダ オレンジジュース オムレツ ごはん チキンカレー 牛乳</p>	<p>15 アルファベットマカロニの入ったスープ</p> <p>ブロッコリーサラダ かぼちゃとフラクのチーズ焼き フラワーロールパン アルファベットスープ 牛乳</p>
<p>18 敬老の日</p>	<p>19 さくさく衣のフレーク焼き</p> <p>彩りサラダ チキンのクレーク焼き バターロールパン マカロニクリームスープ 牛乳</p>	<p>20 よくかんで食べよう</p> <p>きゅうりの香り漬け レバーとじゃがいもの揚げ煮 おにぎり けんちん汁 牛乳</p>	<p>21 ～和食の日～</p> <p>切り干しのカレー金平 鮭の塩麴焼き ごはん なめこ汁 牛乳</p>	<p>22 具だくさんのラーメンの汁</p> <p>キャベツのサラダ 蒸し餃子 中華麺 塩ラーメン汁 牛乳</p>
<p>25 はりはり漬け→上越地方の郷土料理</p> <p>切り干しのはりはり漬け いわしの梅煮 ごはん 豚汁 牛乳</p>	<p>26 すりおろし玉ねぎドレッシングのサラダ</p> <p>オニオンドレッシングサラダ 飲むヨーグルト フランクソースかけ ごはん コーンクリームスープ はちみつパン 牛乳</p>	<p>27 小松菜・えのき・にんじんの和え物</p> <p>三色和え 豆腐の肉みそあん おにぎり 肉じゃが 牛乳</p>	<p>28 29 新人大会都市予選会</p>	