



# こんだてひょう

瀬戸田小学校  
牛乳は毎回あります。

## 9月の給食目標：規則正しい食事をしよう。



夏休み中、時間を守って生活できましたか？ 9月は特に食事の“時間”を意識しながら生活しましょう。

朝起きるのが遅くなって朝ごはんを食べる時間がない…お腹も空いていない…ということはありませんか？

☆元気に成長するためにも、落ち着いて食事ができるように寝る時間や起きる時間を守りましょう。

☆学校での給食も、時間内に残さず食べられるよう、良い姿勢で前を向いて、食事に集中しましょう。



1				
秋野菜カレーライス ビーンズサラダ クレープ (チョコ味)				
4	5	6	7	8
ごはん うずらたまごの五目煮 切干大根のはりはり漬け	きなこ揚げパン クリームシチュー フレンチサラダ	ごはん 鮭のみそマヨネーズ焼き 酢の物 秋のけんちん汁	鶏そぼろごはん なめこのみそ汁 梨	小型パインパン ジャーチャー麺 かみかみサラダ
11	12	13	14 まごわやさしい献立	15
ひじきごはん 蒸し竹輪 豆腐汁	黒糖パン 鶏肉のトマト煮込み コーンサラダ スイートポテト	ごはん ひじきのり 高野豆腐のたまごとじ 元気サラダ	ごはん 五目大豆 ひじきのごまマヨネーズ和え	<b>給食なし</b> 
18	19 かみかみデー	20	21	22
<b>敬老の日</b> 	麦ごはん 焼きししゃも キャベツのゆかり和え なすのみそ汁	ごはん ビビンバ たまごとわかめのスープ	吹き寄せごはん 鯖の生姜焼き すまし汁	クロワッサン 鶏肉とさつまいものクリーム煮 フルーツカクテル
25	26	27	28	29 十五夜献立
シーチキンごはん 相性汁 りんご	チリコンカンサンド マカロニスープ ぶどうゼリー	さんまごはん もやしのごま酢和え 豆腐のすまし汁	ごはん 美酒鍋 (東広島の料理) のり味大豆いりこ	栗ごはん 鯖のみそ焼き 月見団子汁 まんまる月ゼリー