

令和3年度

9月 予定献立表

※牛乳は毎日付きます。予定献立につき、変更になることがあります。 男鹿市立小中学校南部共同調理場

月	火	水	木	金
<p>男鹿市特産の梨が登場!</p> 	<p>毎月19日は食育の日</p> <p>給食の梨は、五里合の藤原農園さんの梨です。とれたての梨を届けてくださっています。ぜひ味わって食べてくださいね!</p>	<p>1日</p> <p>中華丼</p> <p>ピリ辛みそワタンスープ</p> <p>アセロラゼリー</p>	<p>2日</p> <p>ごはん</p> <p>さんまの蒲焼き</p> <p>煮じゃ昆布</p> <p>もやしとわかめのみそ汁</p>	<p>3日 北陽3年なし</p> <p>麦ごはん</p> <p>夏野菜カレー</p> <p>ビーンズサラダ</p>
6日 中学校なし	7日	8日	9日 重陽の節句献立	10日
<p>コーンピラフ</p> <p>ピザハンバーグ</p> <p>イタリアンサラダ</p> <p>ウインナーと根菜のスープ</p>	<p>ごはん</p> <p>さばの和風カレー煮</p> <p>切り干し大根とひじきの炒め煮</p> <p>貝たくさんみそ汁</p>	<p>麦ごはん</p> <p>ポークハヤシ</p> <p>フルーツ杏仁</p>	<p>そばろ丼</p> <p>菊花あえ</p> <p>なめこのみそ汁</p> <p>男鹿梨</p>	<p>ごはん</p> <p>肉野菜炒め</p> <p>青のりポテト</p> <p>白菜のみそ汁</p>
13日	14日	15日	16日	17日 船-4年なし
<p>ごはん</p> <p>鶏肉の香味焼き</p> <p>ピーマンとツナの炒め煮</p> <p>じゃがいもと青菜のみそ汁</p>	<p>焼きそば</p> <p>ごぼうと大豆のごまがらめ</p> <p>ほたての卵スープ</p>	<p>ごはん</p> <p>ねぎそばろオムレツ</p> <p>なすのみそ炒め</p> <p>舞茸と春雨のすまし汁</p> <p>のり佃煮</p>	<p>ごはん</p> <p>ほっけのごま塩焼き</p> <p>筑前煮</p> <p>キャベツともやしのみそ汁</p> <p>なめらかプリン (カスタード)</p>	<p>豚ごぼう丼</p> <p>しょっつるサラダ</p> <p>男鹿産とろとろわかめのみそ汁</p> <p>男鹿梨</p> <p>食育の日メニュー</p> 
20日	21日 中学校なし	22日	23日	24日
<p>敬老の日</p> <p>今年の十五夜は9/21です。昔は、旬のイモや豆をお供えたことから、芋名月や豆名月ともよばれています。</p> 	<p>さつまいもご飯</p> <p>さけの南蛮漬</p> <p>大根とひじきのかにかまサラダ</p> <p>豆腐団子のお月見汁</p> <p>十五夜デザート</p>	<p>ごはん</p> <p>赤魚の西京焼き</p> <p>鶏肉と大根の煮物</p> <p>じゃがいもと玉葱のみそ汁</p> <p>北海道産牛乳プリン</p>	<p>秋分の日</p> 	<p>ターメリックライス</p> <p>ひよこ豆入りキーマカレー</p> <p>目玉焼き風オムレツ</p> <p>野菜スープ</p>
27日	28日	29日	30日	
<p>ごはん</p> <p>豚肉の生姜焼き</p> <p>じゃがきんぴら</p> <p>厚揚げと大根のみそ汁</p>	<p>ハート型バターロール</p> <p>鱈のコーンフ레이크焼き</p> <p>花野菜サラダ</p> <p>洋風かにたまスープ</p>	<p>ごはん</p> <p>青椒肉絲</p> <p>大学いも</p> <p>春雨スープ</p>	<p>ごはん</p> <p>枝豆三色野菜厚焼き玉子</p> <p>三色野菜のごまあえ</p> <p>肉じゃが</p> <p>さけぱっぱ</p>	<p>☆今月の平均栄養価☆ 中学校 エネルギー 773 kcal たんぱく質 31.2 g 脂 質 23.9 g</p>  