

8・9月給食写真

出雲学校給食センター

月	火	水	木	金
8/31	9/1	2【出雲市共通献立】 いずもしきょうつうこんだて	3【おいしい出雲の一日】 いずもしきょう	4
				
ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ミートボールの デミグラスソースかけ かい 海そうサラダ えーびーしー ABCスープ	とんこつラーメン おむすび しょう ちゅう (小・中) ぎゅうにゅう 牛乳 はるま 春巻き もやしのナムル	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さけのカレーあげ いそかあえ かぼちゃのみそ汁 しる	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ぶた肉の にく いちじくソースかけ アスパラガスの ごまドレッシングあえ いずも 出雲しいたけのすまし汁 しる	パン ぎゅうにゅう 牛乳 とり肉のてりやき カラフルサラダ なし 梨のフルーツポンチ 
7	8	9	10	11
				
ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さばの塩やき アーモンドあえ ごぼう団子のみそ汁 だんご しる	きつねうどん おむすび しょう ちゅう (小・中) ぎゅうにゅう 牛乳 ぶた肉の竜田あげ にく たつた きりぼしだいこん す もの 切干大根の酢の物	なつやさい 夏野菜のカレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 さわらのハーブやき トマトと枝豆のサラダ えだまめ  	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ヤンニョムチキン きゅうりのごま酢あえ ず わかめスープ	パン いちごジャム ぎゅうにゅう 牛乳 オムレツ ひじき入りサラダ ミネストローネ
14	15	16	17【四絡小希望献立】 よつがわしょうきぼうけんたて	18
				
ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 とり肉のごまがらめ うめあえ じゃがいものみそ汁 しる	にゅうめん おむすび しょう ちゅう (小・中) ぎゅうにゅう 牛乳 あじの香味フライ こんさい 根菜サラダ	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 シューマイ (幼・小2こ、中3こ) ばんさんすう なす入りマーボー豆腐 いり とうふ	わかめごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さけの香草やき こうそう ほうれんそうのおひたし ぶたじる 豚汁 さつまいもと栗のタルト くり	こくとう 黒糖パン ぎゅうにゅう 牛乳 豆腐ハンバーグの たま 玉ねぎソースかけ コールスローサラダ カレースープ

せいかつ ○●生活リズムがみだれていませんか??●○   なつやす 夏休みがおわりましたが、体の調子はどうですか？ やす あ せいかつ 休み明けは生活リズムが乱れてしまいがちです。生活リズム みだれると、体のだるさを感じたり、寝つきや寝起きが悪く たりしてしまいます。早寝早起きを心がけ、3食きちんと決 じかん た せいかつ ととの 時間に食べて、生活リズムを整えましょう。		
つきみこんだて 24【お月見献立】  ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さといもコロッケ かわりあえ すいとん汁	25  りんごパン ぎゅうにゅう 牛乳 ぶた肉の バーベキューソースかけ レタスのサラダ コンソメスープ	
28  ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ぶた肉のしょうが焼き やさい 野菜のこんぶあえ にしはま 西浜いものみそ汁	29  クリームスパゲッティ おむすび (小・中) ぎゅうにゅう 牛乳 ホキの香草あげ	30【みなみ小希望献立】 ♪今月の給食目標♪ すききらいなく何でも食べよう まだまだ暑い日が続きますが、毎日元 気に過ごすためには、好ききらいなく 何でも食べることが大切です。  