

令和6年9月給食盛り付け表

岡山市立建部学校給食センター
(小学校用)

2日（月） ミックスフルーツ 牛乳 しろはなまめ 白花豆のトマト煮 バターロールパン 	3日（火） そくせきづ 即席漬け 牛乳 にく 肉じゃが むぎ 麦ごはん 	4日（水） かお や さわらの香り焼き 牛乳 じゃことピーマン のふりかけ きんぴら ごはん 	5日（木） にじっせい 二十世紀なし 牛乳 てん いかの天ぷら うどん ごもく 五目うどん 	6日（金） えだまめ 枝豆サラダ 牛乳 ドリンク ヨーグルト キーマカレーの具 ごはん キーマカレー
9日（月） や いわしのピザソース焼き 牛乳 かぼちゃスープ レーズパン 	10日（火） だいこん 大根のおかかあえ 牛乳 に いり煮 わかめごはん 	11日（水） あかうお しせん 赤魚の四川だれかけ 牛乳 れいとう 冷凍りんご しる 汁ビーフン ごはん 	12日（木） コールスローサラダ 牛乳 ソフトめん ミートソースめん 	13日（金） わか て や 若どりの照り焼き (1こ) 牛乳 れいとう 冷凍みかん ゆばのすまし汁 ごはん
16日（月） 敬老の日	17日（火） す きゅうりの酢のもの 牛乳 きゅうどん ぐ 牛丼の具 ごはん きゅうどん 牛丼 	18日（水） うめ や さわらの梅みそ焼き 牛乳 シヤイン マスカット (2つづ) しらたまじる 白玉汁 むぎ 麦ごはん 	19日（木） えびとさつまいもの ごまがらめ 牛乳 ふくろ 袋スープ 中華めん ちゅうか サラダ中華めん 	20日（金） タッカルビ 牛乳 もずくスープ ごはん
23日（月） ふりかえきゅうじつ 振替休日 	24日（火） あ ししゃものから揚げ(2び) 牛乳 ミニトマト (2こ) かぼちゃのカレー煮 ごはん 	25日（水） ぐ ツナそぼろの具 牛乳 あき 赤だし ごはん ツナそぼろごはん 	26日（木） い テンペ入りかきあげ 牛乳 おはぎ ゆかりあえ うどん あっさりうどん 	27日（金） おひたし 牛乳 れいとう 冷凍みかん に うま煮 ごはん

30日（月） あじのムニエル 牛乳 クリームスープ ココアパン
--

がっ きゅうしよくむくひょう
8・9月の給食 目標
 しょくじ うんどう きゅうよう
食事・運動・休養に
 かんが
ついて考えよう！

いよいよ2学期！まずは生活習慣をとり戻しましょう。

生活リズムが整う朝の習慣

ね まえ
 寝る前に、スマートフォンや
 き がめん み
 ゲーム機の画面を見るのは
 やめましょう。