



9月 給食カレンダー

令和2年9月 新宿区立四谷第六小学校

こんげつ きゅうしょくもくひょう
今月の給食目標 **バランスよく食べてしょうぶな体をつくろう**

月	火	水	木	金
	1  やきにく 焼肉ライス はるさめ 春雨サラダ アップルゼリー	2  ごはん 手作りなめたけ いかのカレーフライ やさい いそあ 野菜の磯和え すまし汁	3  コーンピラフ ようふう 洋風たまご焼き とうふ やさい 豆腐と野菜のスープ	4  こだいまい 古代米ごはん くるま 車ふと やさい 野菜のうま煮 から ピリ辛くきわかめ ごちくじる 五目汁
7  とりごちく 鶏五目ごはん おひたし こんさいじる 根菜汁	8  ★しんじゆく野菜の日 なすい なす入り が ぐ てい みーとす パケティミーツ こんにやくのサラダ おひさまゼリー	9  ★ちゅうよう せきく 重陽の節句 ごはん さばのごまみそ焼き きくつな 菊花あえ たまねぎのみそ汁	10  えびチャーハン トマト レッツグ サラダ とり 鶏ささみのスープ	11  おやこどん 親子丼 やさい あか 野菜の赤じそかけ なめこのみそ汁
14  ミルクパン かぼちゃのクリーム煮 やさい ツナと野菜のサラダ	15  ちゃんぽんふううどん さつまスティック	16  ごはん なまあげ 生揚げの そぼろあんかけ やさい すあ 野菜のごま酢和え	17  いなし きゅうしゆく ★伊那市きのご給食 カレーピラフ きのこソース お豆のサラダ りんご	18  ★しょくいく ひ 食育の日 ごはん さけ 鮭のもみじ焼き やさい 野菜のからしあえ すいとん
21 けいろ う ひ 敬老の日 	22 しゅうぶん ひ 秋分の日 	23  にくじる 肉汁うどん やさい 野菜のごま和え きな粉おはぎ	24  カレーミートドック りんご レッツグ サラダ やさい 野菜スープ	25  ちゅうが 中華おこわ はるさめ 春雨スープ こくとうだいず 黒糖大豆
28  こんぶ 昆布ごはん にくじゃが 肉じゃが おかか梅あえ	29  シーフードトマトクリームが ス カラフルサラダ なし 梨	30  さんまごはん ひじき煮 さつま芋と こまつな 小松菜のみそ汁		

