



# 9月 湖南中給食



## 9月の給食目標

〇バランスのとれた食事について考えよう



学園祭の練習や当日もがんばって!の気持ちを込めて、給食の献立を考え、調理しています。楽しみにしています。

語呂合わせて黒の日。漢方では黒い物は腎の働きをよくするそうです。おくみ・だるさ・疲れを感じている人に特にオススメ。

9月9日は食べ物をすてナイン(9)!, 残さナイン(9)という語呂合わせて、食べ物を大切にする日として制定されました。まだ食べられるのに捨ててしまう食品ロスが問題になっています。SDGsも意識して感謝して食べましょう。

1 (金)



4 (月)



5 (火) やまなしの食



6 (水) 黒の日



7 (木)



8 (金) 食べ物を大切にする日



11 (月)



12 (火) まごわやさしい給食



13 (水) 学園祭応援給食



14 (木) 学園祭応援給食



15 (金)



18 (月) 敬老の日



19 (火)



20 (水)



21 (木)



22 (金) 富士山プレミアム牛乳



25 (月)



26 (火)



27 (水)



28 (木) コツコツ給食



29 (木) 十五夜給食





# 9月 盛りつけ表



9月の給食目標	<p>学園祭の練習や当日もがんばって!の気持ちを込めて、給食の献立を考え、調理しています。楽しみにしています。</p> <p>語呂合わせて黒の日。漢方では黒い物は腎の働きをよくするそうです。おくみ・だるさ・疲れを感じている人に特にオススメ。</p> <p>9月9日は食べ物をすてナイン(9)!, 残さナイン(9)という語呂合わせて、<u>食べ物を大切に</u>する日として制定されました。まだ食べられるのに捨てる食品ロスが問題になっています。<u>SDGsも意識して感謝して</u>食べましょう。</p>				1 (金)
〇バランスのとれた食事について考えよう					
4 (月)	5 (火) やまなしの食	6 (水) 黒の日	7 (木)	8 (金) 食べ物を大切に	
<p>かんこくナムル</p> <p>ヤンニョムチキン</p> <p>手作りココアプリン</p> <p>麦ごはん</p> <p>みぞれじる</p>	<p>ミニチョコドック</p> <p>海そうサラダ</p> <p>青春トマト焼きそば(ミート焼きそば)</p> <p>きびなごのカリカリフライ</p>	<p>バンバンジーサラダ</p> <p>手作りコーヒージュレ</p> <p>ココア揚げパン</p> <p>黒きくらげとビーフンのたんたんスープ</p>	<p>もやしのコチュジャン和え</p> <p>冷ややっこ(醤油をかける)</p> <p>チンジャオロースーどん</p> <p>春雨スープ</p>	<p>もやしがいそか和え</p> <p>ぶた肉のしょうがいため</p> <p>ソーダゼリー</p> <p>麦ごはん</p> <p>かぼちゃのみそじる</p>	
11 (月)	12 (火) まごわやさしい給食	13 (水) 学園祭応援給食	14 (木) 学園祭応援給食	15 (金)	
<p>ブロッコリーのごまあえ</p> <p>春巻き</p> <p>ブルーベリーゼリー</p> <p>キムタクごはん</p> <p>ふわふわたまごスープ</p>	<p>肉じゃが</p> <p>さけのネギソース</p> <p>麦ごはん</p> <p>大根とわかめのみそじる</p>	<p>手作りぶどうゼリー</p> <p>とりのからあげ</p> <p>冷やし中華(タレ別)</p> <p>わかめスープ</p>	<p>応援アイス</p> <p>グリーンサラダ</p> <p>ハヤシライス</p> <p>スペイン風オムレツ</p>	<p>ナポリタン風ペンネソテー</p> <p>ヨーグルト</p> <p>セサミトースト</p> <p>野菜とチキンスープ</p>	
18 (月) 敬老の日	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金) 富士山プレミアム牛乳	
	<p>小松菜のにびたし</p> <p>とり天</p> <p>ぶどうゼリー</p> <p>うめちりごはん</p> <p>早川町のなめこのみそじる</p>	<p>ビーフンのちゅうかサラダ</p> <p>手作りキャラメルプリン</p> <p>焼きぶたコーンチャーハン</p> <p>みそワントンスープ</p>	<p>昆布とごぼうのサラダ</p> <p>いなりずし</p> <p>ちくわのいそべあげ</p> <p>にこみうどん</p>	<p>切干大根のもの</p> <p>アジフライと千切キャベツ</p> <p>麦ごはん</p> <p>里いものとんじる</p>	
25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木) コツコツ給食	29 (木) 十五夜給食	
<p>パリパリサラダ</p> <p>ボンディングのいちごミルク</p> <p>焼きぎょうざ</p> <p>野菜タンメン</p>	<p>ひじきのもの</p> <p>さばのみそに</p> <p>シャインマスカット</p> <p>麦ご飯</p> <p>キャベツとふのみそじる</p>	<p>手作りミートローフ</p> <p>大根とツナサラダ</p> <p>そばろパン</p> <p>コーンポタージュスープ</p>	<p>ハニーヨーグルト</p> <p>シャリシャリ青のり大豆</p> <p>チキンカレーライス&amp;福神づけ</p> <p>茎わかめサラダ</p>	<p>すすき風きんぴら</p> <p>チキンのみそかつ&amp;キャベツ</p> <p>手作り十五夜ゼリー</p> <p>麦ごはん</p> <p>豆乳じる</p>	