

令和4年 9月



こんだて

給食指導目標: **正しいマナーで食べよう**

長いようで、あっという間に夏休みも終わりました。
給食を食べて体調を整えましょう。

給食で料理をトレイに置くと、

どのように置いていますか？

◎正しい置き方です ⇒



東京都立八王子西特別支援学校

1日(木)		2日(金)		
しぎょうしき 始業式 		ドライカレー (ターメリックライス) カラフルサラダ 野菜スープ 果物(ぶどう)牛乳 I初ギ - 699kcal		
5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金) 十五夜
ごはん たまご ちくさや 玉子の干草焼き おかか和え かぼちゃの含め煮 みそ汁 牛乳 I初ギ - 671kcal	ごはん さかな 魚(さば)のみそ煮 ゆで野菜ぞえ 野菜碗 果物(梨) 牛乳 I初ギ - 710kcal	ソース焼きそば 中華風きゅうり 中華コーンスープ 杏仁豆腐 果物(梨) 牛乳 I初ギ - 678kcal	ごはん ふたにく こうみ 豚肉の香味ソース 野菜いため なすのごまだれ みそ汁 牛乳 I初ギ - 695kcal	さつまいもご飯 つくね焼き 菊花和え すまし汁 果物(ぶどう) 牛乳 I初ギ - 640kcal 重陽の節句 (菊の節句)
12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)
あしたばパン 豚肉と野菜のトマト煮 もやしのカレー風味 フルーツヨーグルト 牛乳 I初ギ - 629kcal	ごはん とりにく 鶏肉のバーベキューソース コーンポテト 根菜の炒め煮 みそ汁 牛乳 I初ギ - 675kcal	そぼろ丼 野菜のごま酢あえ みそ汁 果物(梨) 牛乳 I初ギ - 675kcal	小松菜と焼豚のチャーハン はるさめ入り中華あえ 中華風野菜スープ ごまプリン 牛乳 I初ギ - 732kcal	ごはん さかな 魚(サケ)の塩焼き 浅漬け ジャーマンポテト みそ汁 牛乳 I初ギ - 719kcal
19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)
けいろう ひ 敬老の日 	わふう 和風きのこスパゲティ コーンとしらすのサラダ トマトと卵のスープ スイートポテト 牛乳 I初ギ - 708kcal	ごはん さかな 魚のカレーから揚げ 野菜のレモンあえ ひじきの炒り煮 みそ汁 牛乳 I初ギ - 749kcal	や 焼きとり丼 海苔酢あえ 根菜のみそ汁 果物(梨) 牛乳 I初ギ - 679kcal	しゅうぶん ひ 秋分の日
26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)
ごはん のりの佃煮 生揚げの野菜の煮物 みそ汁 果物(みかん) 牛乳 I初ギ - 705kcal	たまご 玉子とじうどん ゆかり和え 大学芋 牛乳 I初ギ - 671kcal	ちゅうかどん 中華丼 中華風甘酢漬け わかめスープ 果物(梨) 牛乳 I初ギ - 645kcal	ごはん さかな なんぶ や 魚の南部焼き 青菜ともやしの炒めもの はりはり漬け みそ汁 牛乳 I初ギ - 720kcal	ココアパン 肉団子と野菜のスープ煮 豆のサラダ 紅白ゼリー 牛乳 I初ギ - 655kcal

※食材の都合等により、やむを得ず献立や使用食材を変更する場合があります。