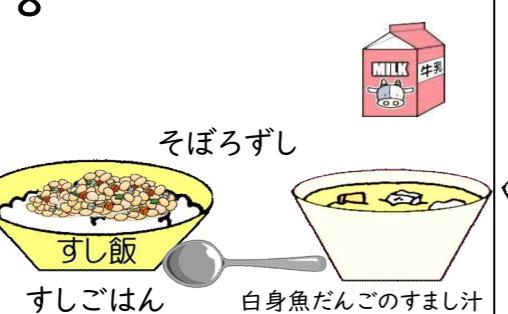


令和7年度

9月給食盛り付け表(中学校)

能美市学校給食センター

月	火	水	木	金
1 	2 カレーライス 麦ごはん フルーツのなしぜりー和え	3 小松菜のソテー フライドチキン ミルクロール ミネストローネ	4 いそ大豆 赤魚のさっぱりレモンソース ごはん さつまじる	5 かき氷 アイス 炒めビーフン ごはん ごはん 卵とりだんごのスープ
8 	9 豚肉のみそ炒め ごはん 糸かまスープ	10 じゃがバター 鶏肉のバーベキューソース ミルクロール ABCマカロニスープ	11 切り干しだいこんのきんぴら あじフライ ごはん なめこのっぺいじる	12 いなりたまごどん ごはん 麦ごはん 豚汁
15 	16 バンサンスー えだ豆しゅうまい 2個 ごはん マーボー豆腐	17 ごぼうのごまドレサラダ ホキのマーマレードソース 米粉パン お豆のスープ	18 秋のラタトイユ プレーンオムレツ ごはん わかめ麦ごはん じゃがいものミルクに	19 はくさいの浅漬け ブルーベリーゼリー わかさぎフリッター 3個 ごはん じゅんじゅん(すき焼き風煮)
22 れんこんのドレッシングサラダ チキンカツ ごはん さといものみそ汁	23 	24 えびのケチャップからめ 米粉パン コンソメスープ	25 ヨーグルト あさり入り中華丼 ごはん 麦ごはん 大根のスープ	26 いそかあえ さばのごま味噌焼き ごはん ごはん 高野豆腐のたまごとじ
29 かぼちゃのそぼろ煮 ししゃもフライ 2個 ごはん けんちん汁	30 しそ和え さつま揚げの三味焼き 3個 ごはん ごはん 鶏肉とじゃがいものうま煮	朝の光には パワーがある!? 朝の光を浴びよう 人が持つ体内時計と1日24時間の周期にはずれがあります。これを調節するには朝の光を浴びることが大切です。 体内時計を正常に機能させるためにも、まずは、早起きをしてカーテンを開けて、朝の光を浴びるようにしましょう。		  