

月	火	水	木	金
<p>★規則正しい生活リズム！ 夏休みの間に、生活リズムが崩れていませんか？2学期を元気に過ごすために、早寝・早起き・朝ごはんリズムを整えよう！</p> <p>★2学期も「いーねランチ」！ 2学期も、「いーねランチ」で伊根の食材や行事食、保存食を味わいます。22日は「庭じまい」のいーねランチです。</p> <p>★20日は「まごわやさしい献立」 まめ ごま わかめ(海藻) やさ さかな しいたけ(きのこ) いも バランスのよい食事をするために意識してとりたい食材から一文字ずつとった、合い言葉です♪全部見つけられるかな？</p>			1	<p>2 2学期の給食START♪ ハヤシライス (麦ごはん) 豆の付け合わせ ぶどう</p> 
<p>5 ★6年お膳給食★ 芋づるごはん 魚の塩焼き かぼちゃのそぼろあんかけ きゅうりもみ ごま汁</p> 	<p>6 ★お月見こんだて★ ごはん とり肉のレモン蒸し 乾物のきんぴら みそ汁 ★ お月見団子</p> 	<p>7 ピラフ ピーマンのツナポテト焼き ゆかりキャベツ ひたし豆 かぼちゃのポタージュ</p>	<p>8 ごはん ゴーヤチャンプルー 焼きビーフン チーズと春巻きのパリパリ揚げ 白ごまの豆乳ブラマンジェ</p> 	<p>9 ★重陽の節句★ ごはん ★ 菊花蒸し じゃがバター 酢の物 ふのみそ汁</p> 
<p>12 チンジャオロース丼 (麦ごはん) カレーもやし 2色ポテトチップス わかめのみそスープ</p>	<p>13 ごはん 厚揚げのピザ風焼き かぼちゃのオープン焼き 甘酢づけ にんじんスープ</p> 	<p>14 へしこポテトパン 豆腐ハンバーグ 貝たくさんミネストローネ</p>	<p>15 ごはん 魚のみそ焼き かぼちゃの銀あんじたて 大豆ときゅうりのマヨ和え すまし汁</p> 	<p>16 ごはん ソースチキンカツ ひじきのごま和え 大根のみそ汁 オレンジゼリー</p> 
<p>19 敬老の日 </p>	<p>20 ★まごわやさしいこんだて★ ごはん 魚の煮つけ 五目おから わかめ煮 じゃがいものみそ汁</p>	<p>21 ごはん カレー肉じゃが 豆の甘煮 小松菜のおかか和え りんご</p>	<p>22 ♪いーねランチ♪ ごはん 厚揚げの田楽 野菜の揚げびたし みずな 水菜のみそ汁 なべずり</p> 	<p>23 秋分の日 </p>
<p>26 ごはん 小魚のから揚げ 切り干し大根の煮物 伏見とうがらしとじゃこの炒り煮 玉ねぎのみそ汁</p> 	<p>27 ごはん 高野豆腐の肉づめ 煮豆 キャベツとわかめのあっさり和え かぼちゃのみそ汁</p> 	<p>28 菜めし (水菜とごまのごはん) きのこの和風あんかけハンバーグ じゃがいもの含め煮 豆腐のお汁 なし</p> 	<p>29 ごはん 八宝菜 春雨の中華和え じゃこの甘辛だれ コーンスープ</p>	<p>30 親子丼 (麦ごはん) キャベツの酢の物 きな粉大豆</p> 

*献立内容は、学校行事、物資購入などの都合により、変更することがあります。ご了承ください。
*毎日、牛乳(200ml)がつかます。