

月				火				水				木				金																																																																																																																																																															
				- 21日 -				3				4																																																																																																																																																																			
1年	2年	3年		1年	2年	3年		1年	2年	3年		1年	2年	3年																																																																																																																																																																	
<p>10月分の給食申し込みの受付日は <b>9月9日(月)・10日(火)</b>です。</p>  <p>写真は献立のイメージですので、実際とは異なります。材料入荷の都合により、内容を多少変更することがあります。食材の詳細についてご質問などがありましたら、中学校給食係までお問い合わせ下さい。(0721-69-4919)</p>				<p><b>開催国リレー アメリカ</b> </p> <p>アメリカはこれまでに夏季オリンピックが4回、冬季オリンピックが4回の計8回、開催されています。なかでも、ロサンゼルスは1932年の第10回大会、1984年の第32回大会の2回開催されており、さらに2028年には3回目の開催が決定しています。</p> <p>アメリカは諸外国からの移民と先住民からなる多民族国家であり、給食のメニューにある「ジャンバラヤ」はルイジアナ州に移住したフランス系の移民によって作り出されました。しかし、ルーツはスペイン料理のパエリアとも言われています。そしてジャンバラヤによく使われるハムやソーセージはドイツ系の移民が持ち込んだものであり、アメリカの多国籍ぶりを肌で感じる事が出来る料理です。</p> 				<p>中華おこわ 焼きぎょうざ</p> <p>トックスープ もやしのサラダ</p> 				<p>ごはん ご飯</p> <p>田舎汁 鶏肉の梅煮 おかか和え いもけんぴ</p> 				7				8				9				10				11				<p>ごはん ジュリエンスープ ペンネソテー</p> <p>さけのポテト焼き</p> 				<p>玄米入りごはん 豚肉の塩焼 切り昆布の煮物</p> <p>きのこ汁 くるみもち</p> 				<p>ごはん いかにのチリソース フルーツ杏仁豆腐</p> <p>厚揚げの中華煮</p> 				<p>ごはん コーンサラダ</p> <p>ポトフ プルベリーゼリー</p> 				<p>ごはん 抹茶蒸しパン</p> <p>がめ煮 豆腐の和え物</p> <p>焼きししゃも 抹茶蒸しパン</p> 				14				15				16				17				18				<p>14 体育の日</p>  <p>オリンピック開幕まであと <b>284日</b></p>				<p>玄米入りごはん 秋刀魚の山椒焼き 酢のもの</p> <p>豚汁</p> 				<p>コッペパン スパイシーチキン ポテトサラダ</p> <p>きのこのクリーム煮 みかん</p> 				<p>ごはん 豚肉のピリ辛炒め 春雨サラダ</p> <p>わかめスープ</p> 				<p>玄米入りごはん 鱈のゆずみそがけ おひたし</p> <p>すまし汁</p> 				21				22				23				24				25				<p>ジャンバラヤ グリルチキン はちみつレモンゼリー</p> <p>コンソメスープ 花野菜のサラダ</p> <p>1984年開催国リレー </p> 				<p>給食を全食申し込んだ場合食数は次のようになります。</p> <p>・全食 → 19食(6,270円)</p>				<p>玄米入りごはん 鯖の塩焼き ごま酢和え</p> <p>すき焼き</p> 				<p>ごはん 豚肉とにらの炒め物 中華サラダ</p> <p>レタスとたまごのスープ ヨーグルト</p> 				<p>鶏南蛮うどん かれの野菜あん 切干し大根の和え物</p> 				28				29				30				31				10月10日は				<p>ごはん じゃがスティック</p> <p>人参のポタージュ カラフルゼリー</p> <p>豚肉のバジルソース</p> 				<p>玄米入りごはん 焼き鳥 りんごとさつまいもの重ね煮</p> <p>なめこのみそ汁 みぞれ和え</p> 				<p>カレーライス レタスのレモンマリネ ナタ・デ・ココフルーツ</p> 				<p>ごはん かき揚げ 鰹ふりかけ</p> <p>くず汁 白菜の和え物</p> 				<p>目の健康保持には「ビタミンA」が欠かせません。不足すると夜に見えるようになる「夜盲症」になる恐れがあります。</p> <p>また、目の疲労回復にはブルーベリーやなすの皮に含まれる紫色の色素成分「アントシアニン」が役立ちます。この機会に意識して食事に取り入れてみませんか。</p> <p><b>ビタミンAの多い食品</b></p>  <p>うなぎ レバー 人参 モロヘイヤ ほうれん草 かぼちゃ ブルーベリー</p> 			
7				8				9				10				11																																																																																																																																																															
<p>ごはん ジュリエンスープ ペンネソテー</p> <p>さけのポテト焼き</p> 				<p>玄米入りごはん 豚肉の塩焼 切り昆布の煮物</p> <p>きのこ汁 くるみもち</p> 				<p>ごはん いかにのチリソース フルーツ杏仁豆腐</p> <p>厚揚げの中華煮</p> 				<p>ごはん コーンサラダ</p> <p>ポトフ プルベリーゼリー</p> 				<p>ごはん 抹茶蒸しパン</p> <p>がめ煮 豆腐の和え物</p> <p>焼きししゃも 抹茶蒸しパン</p> 				14				15				16				17				18				<p>14 体育の日</p>  <p>オリンピック開幕まであと <b>284日</b></p>				<p>玄米入りごはん 秋刀魚の山椒焼き 酢のもの</p> <p>豚汁</p> 				<p>コッペパン スパイシーチキン ポテトサラダ</p> <p>きのこのクリーム煮 みかん</p> 				<p>ごはん 豚肉のピリ辛炒め 春雨サラダ</p> <p>わかめスープ</p> 				<p>玄米入りごはん 鱈のゆずみそがけ おひたし</p> <p>すまし汁</p> 				21				22				23				24				25				<p>ジャンバラヤ グリルチキン はちみつレモンゼリー</p> <p>コンソメスープ 花野菜のサラダ</p> <p>1984年開催国リレー </p> 				<p>給食を全食申し込んだ場合食数は次のようになります。</p> <p>・全食 → 19食(6,270円)</p>				<p>玄米入りごはん 鯖の塩焼き ごま酢和え</p> <p>すき焼き</p> 				<p>ごはん 豚肉とにらの炒め物 中華サラダ</p> <p>レタスとたまごのスープ ヨーグルト</p> 				<p>鶏南蛮うどん かれの野菜あん 切干し大根の和え物</p> 				28				29				30				31				10月10日は				<p>ごはん じゃがスティック</p> <p>人参のポタージュ カラフルゼリー</p> <p>豚肉のバジルソース</p> 				<p>玄米入りごはん 焼き鳥 りんごとさつまいもの重ね煮</p> <p>なめこのみそ汁 みぞれ和え</p> 				<p>カレーライス レタスのレモンマリネ ナタ・デ・ココフルーツ</p> 				<p>ごはん かき揚げ 鰹ふりかけ</p> <p>くず汁 白菜の和え物</p> 				<p>目の健康保持には「ビタミンA」が欠かせません。不足すると夜に見えるようになる「夜盲症」になる恐れがあります。</p> <p>また、目の疲労回復にはブルーベリーやなすの皮に含まれる紫色の色素成分「アントシアニン」が役立ちます。この機会に意識して食事に取り入れてみませんか。</p> <p><b>ビタミンAの多い食品</b></p>  <p>うなぎ レバー 人参 モロヘイヤ ほうれん草 かぼちゃ ブルーベリー</p> 																																							
14				15				16				17				18																																																																																																																																																															
<p>14 体育の日</p>  <p>オリンピック開幕まであと <b>284日</b></p>				<p>玄米入りごはん 秋刀魚の山椒焼き 酢のもの</p> <p>豚汁</p> 				<p>コッペパン スパイシーチキン ポテトサラダ</p> <p>きのこのクリーム煮 みかん</p> 				<p>ごはん 豚肉のピリ辛炒め 春雨サラダ</p> <p>わかめスープ</p> 				<p>玄米入りごはん 鱈のゆずみそがけ おひたし</p> <p>すまし汁</p> 				21				22				23				24				25				<p>ジャンバラヤ グリルチキン はちみつレモンゼリー</p> <p>コンソメスープ 花野菜のサラダ</p> <p>1984年開催国リレー </p> 				<p>給食を全食申し込んだ場合食数は次のようになります。</p> <p>・全食 → 19食(6,270円)</p>				<p>玄米入りごはん 鯖の塩焼き ごま酢和え</p> <p>すき焼き</p> 				<p>ごはん 豚肉とにらの炒め物 中華サラダ</p> <p>レタスとたまごのスープ ヨーグルト</p> 				<p>鶏南蛮うどん かれの野菜あん 切干し大根の和え物</p> 				28				29				30				31				10月10日は				<p>ごはん じゃがスティック</p> <p>人参のポタージュ カラフルゼリー</p> <p>豚肉のバジルソース</p> 				<p>玄米入りごはん 焼き鳥 りんごとさつまいもの重ね煮</p> <p>なめこのみそ汁 みぞれ和え</p> 				<p>カレーライス レタスのレモンマリネ ナタ・デ・ココフルーツ</p> 				<p>ごはん かき揚げ 鰹ふりかけ</p> <p>くず汁 白菜の和え物</p> 				<p>目の健康保持には「ビタミンA」が欠かせません。不足すると夜に見えるようになる「夜盲症」になる恐れがあります。</p> <p>また、目の疲労回復にはブルーベリーやなすの皮に含まれる紫色の色素成分「アントシアニン」が役立ちます。この機会に意識して食事に取り入れてみませんか。</p> <p><b>ビタミンAの多い食品</b></p>  <p>うなぎ レバー 人参 モロヘイヤ ほうれん草 かぼちゃ ブルーベリー</p> 																																																																															
21				22				23				24				25																																																																																																																																																															
<p>ジャンバラヤ グリルチキン はちみつレモンゼリー</p> <p>コンソメスープ 花野菜のサラダ</p> <p>1984年開催国リレー </p> 				<p>給食を全食申し込んだ場合食数は次のようになります。</p> <p>・全食 → 19食(6,270円)</p>				<p>玄米入りごはん 鯖の塩焼き ごま酢和え</p> <p>すき焼き</p> 				<p>ごはん 豚肉とにらの炒め物 中華サラダ</p> <p>レタスとたまごのスープ ヨーグルト</p> 				<p>鶏南蛮うどん かれの野菜あん 切干し大根の和え物</p> 				28				29				30				31				10月10日は				<p>ごはん じゃがスティック</p> <p>人参のポタージュ カラフルゼリー</p> <p>豚肉のバジルソース</p> 				<p>玄米入りごはん 焼き鳥 りんごとさつまいもの重ね煮</p> <p>なめこのみそ汁 みぞれ和え</p> 				<p>カレーライス レタスのレモンマリネ ナタ・デ・ココフルーツ</p> 				<p>ごはん かき揚げ 鰹ふりかけ</p> <p>くず汁 白菜の和え物</p> 				<p>目の健康保持には「ビタミンA」が欠かせません。不足すると夜に見えるようになる「夜盲症」になる恐れがあります。</p> <p>また、目の疲労回復にはブルーベリーやなすの皮に含まれる紫色の色素成分「アントシアニン」が役立ちます。この機会に意識して食事に取り入れてみませんか。</p> <p><b>ビタミンAの多い食品</b></p>  <p>うなぎ レバー 人参 モロヘイヤ ほうれん草 かぼちゃ ブルーベリー</p> 																																																																																																																							
28				29				30				31				10月10日は																																																																																																																																																															
<p>ごはん じゃがスティック</p> <p>人参のポタージュ カラフルゼリー</p> <p>豚肉のバジルソース</p> 				<p>玄米入りごはん 焼き鳥 りんごとさつまいもの重ね煮</p> <p>なめこのみそ汁 みぞれ和え</p> 				<p>カレーライス レタスのレモンマリネ ナタ・デ・ココフルーツ</p> 				<p>ごはん かき揚げ 鰹ふりかけ</p> <p>くず汁 白菜の和え物</p> 				<p>目の健康保持には「ビタミンA」が欠かせません。不足すると夜に見えるようになる「夜盲症」になる恐れがあります。</p> <p>また、目の疲労回復にはブルーベリーやなすの皮に含まれる紫色の色素成分「アントシアニン」が役立ちます。この機会に意識して食事に取り入れてみませんか。</p> <p><b>ビタミンAの多い食品</b></p>  <p>うなぎ レバー 人参 モロヘイヤ ほうれん草 かぼちゃ ブルーベリー</p> 																																																																																																																																																															