

9月のこんだて

令和6年度 東京都立武蔵台学園

● 今月の給食目標 ●

「生活リズムをととのえよう」

◎ 2学期が始まります。早寝、早起き、朝ごはん。
そして給食を食べて、元気よく！



2 日 (月)	3 日 (火)	4 日 (水)	5 日 (木)	6 日 (金)
始業式 	なし カレーライス かいそうサラダ	【宮崎県の郷土料理】 グリーンサラダ チキンなんばん (たまご、大豆) ごはん みそしる	ぶどう ゆでやさい さばのみそに さわにわん (油揚げ) ごはん ミルクパン	アップルボンチ ブロccoliソース スパニッシュオムレツ (たまご) やさいスープ ごはん ミルクパン
9 日 (月) 【重陽の節句献立】 きつかあえ にくじゃが ごはん みそしる (油揚げ)	10 日 (火) なし さかなのすぶたふう (ホキ) ごはん あおなととうふのスープ (豆腐)	11 日 (水) 【長崎県の郷土料理】 豆乳プリン (大豆) ちゃんぽん (えび、かまぼこ) ごはん みそポテト	12 日 (木) 【鹿児島県の郷土料理】 りんご さつまいものあまに ごまあえ けいはん (たまご) けいはんのスープ ごはん ミルクパン	13 日 (金) とうやどうふのもの (大豆) からしあえ さけのおこうじゃき (鮭) ごはん みそしる
16 日 (月) 敬老の日	17 日 (火) 【お月見献立(十五夜)】 いかんてんのごますあえ あつあげとさといものけんちん (豆腐) ごはん みそしる	18 日 (水) ★小6-1リクエスト献立 キャロットみかんゼリー パセリポテト コーヒーぎゅうにゆう ミルクパン ブロccoliサラダ ハンバーグ とうにゆういりコーンスープ (大豆)	19 日 (木) りんご はるさめいりやさいいため ビビンバふうどんぶり わかめスープ ごはん ミルクパン	20 日 (金) きりほしだいこんのごもくに (油揚げ) のりあえ さかなのおやきおろしだれ ごはん みそしる
23 日 (月) 振りかえきゆうじつ 振替休日 	24 日 (火) カスタードプリン (たまご) ジャーチャーめん はくさいスープ ごはん ミルクパン	25 日 (水) にらじゃが だいこんのあさづけ さかなのてりやき ごはん みそしる	26 日 (木) 【熊本県の郷土料理】 りんご ほうれんそうのナムル とりのからあげ たいびーえん (えび) ごはん ミルクパン	27 日 (金) 【福岡県の郷土料理】 ごまびたし ぎせいどうふ (たまご、豆腐) かしわめし ごはん ミルクパン
30 日 (月) スイートポテト バジルドレッシングサラダ チリコンカン (大豆) ミルクパン	* 食材の都合等により、献立を変更することがあります。ご了承ください。 			

不老長寿を願う **重陽の節句** 菊料理

9月9日は五節句の一つ「重陽の節句」です。旧暦の9月9日は、現在の10月頃に当たり、ちょうど菊の花が咲く時期だったことから、「菊の節句」とも呼ばれます。菊の香りで邪気(病気や災難)を払い、長寿を祈る風習があります。