

# 9月のこんだて

令和7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！



1 日 (月)	2 日 (火)	3 日 (水)	4 日 (木)	5 日 (金)	
<p>しぎょうしき <b>始業式</b></p>	<p>なし</p> <p>カレーライス</p> <p>ピクルス</p>	<p>ひじきの いりに</p> <p>からしあえ</p> <p>さけの しおこうじやき</p> <p>ごはん</p> <p>みそしる</p>	<p>まめの サラダ</p> <p>とりとごぼうの ピラフ</p> <p>ミネストローネ</p>	<p>【長崎県の郷土料理】</p> <p>ちゃんぽん</p> <p>とうにゅうプリン</p> <p>みそポテト</p>	
<p>8 日 (月)</p> <p>ぶどう</p> <p>そえやさい</p> <p>さばのみそに</p> <p>ごはん</p> <p>さわにわん</p>	<p>【重陽の節句献立】</p> <p>きっかあえ</p> <p>にくじゃが</p> <p>ごはん</p> <p>なすの みそしる</p>	<p>【熊本県の郷土料理】</p> <p>キャロットみかん ゼリー</p> <p>しおナムル</p> <p>そぼろどん</p> <p>たいびーえん</p>	<p>11 日 (木)</p> <p>ゆでやさいサラダ</p> <p>さかなのピザやき</p> <p>くろざとうパン</p> <p>かぼちゃ スープ</p>	<p>【福岡県の郷土料理】</p> <p>かいそうサラダ</p> <p>ぎせい豆腐</p> <p>かしわめし</p> <p>みそしる</p>	
<p>15 日 (月)</p> <p>敬老の日</p>	<p>なし</p> <p>キャベツの ごまびたし</p> <p>ごはん</p> <p>ふたにくの あまからいため</p> <p>ぐだくさん みそしる</p>	<p>17 日 (水)</p> <p>きゅうりの あまずあえ</p> <p>えびチリとうふ</p> <p>ごはん</p> <p>はくさいスープ</p>	<p>18 日 (木)</p> <p>フルーツ ヨーグルト</p> <p>カレーうどん</p> <p>ひじき サラダ</p>	<p>19 日 (金)</p> <p>やさしいためもの</p> <p>さかなのからあげ おろしポンず</p> <p>ごはん</p> <p>かきたまじる</p>	
<p>22 日 (月)</p> <p>のりあえ</p> <p>とうふでんがく</p> <p>まいたけごはん</p> <p>とんじる</p>	<p>23 日 (火)</p> <p>しゅうぶん ひ <b>秋分の日</b></p>	<p>24 日 (水)</p> <p>なし</p> <p>ジャーマンポテト</p> <p>ほうれんそうのオムレツ</p> <p>ミルクパン</p> <p>キャベツスープ</p>	<p>25 日 (木)</p> <p>かき</p> <p>さかなのすぶたふう</p> <p>ごはん</p> <p>あおなと とうふのスープ</p>	<p>26 日 (金)</p> <p>【宮崎県の郷土料理】</p> <p>グリーンサラダ</p> <p>チキンなんばん</p> <p>ごはん</p> <p>みそしる</p>	
<p>29 日 (月)</p> <p>【鹿児島県の郷土料理】</p> <p>りんごと さつまいもの あまに</p> <p>ごまあえ</p> <p>けいはん (たまご)</p> <p>けいはんの スープ</p>	<p>30 日 (火)</p> <p>ポパイ サラダ</p> <p>セサミトースト</p> <p>シーフード チャウダー</p>	<p>不老長寿を願う<b>重陽の節句</b></p> <p>9月9日はご節句の一つ「重陽の節句」です。「菊の節句」とも呼ばれます。菊の花の香りで邪気を払い、長寿を祈る風習があります。</p>			<p>【宮崎県の郷土料理】</p> <p>きくようり 菊料理</p> <p>* 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。</p>