９月の献立表

杉並区立三谷小学校

２	３	４	５	６
始業式	麦ごはん 牛乳 魚の香味焼き 野菜のごまあえ 玉ねぎのみそ汁 くだもの	麦ごはん 牛乳 春巻き 華風あえ ひじきスープ	きなこ揚げパン 牛乳 ポークビーンズ コールスローサラダ	麦ごはん おにぎりの具（梅おかか） 牛乳 親子焼き 三色あえ とうふとわかめのみそ汁 ***おにぎり給食***
９	１０	１１	１２	１３
さつまいもごはん 牛乳 菊花蒸し 菊入り酢の物 なめこ汁 くだもの	シーフードクリームライス 牛乳 カリポリサラダ くだもの	高菜チャーハン 牛乳 中華スープ にゅうないどうふ	麦ごはん 牛乳 さばの文化干し わかめとツナのあえ物 さつまいものみそ汁	高野豆腐のそぼろごはん 牛乳 お月見だんご汁 きぬかつぎ
１６	１７	１８	１９	２０
敬老の日 	チキンカレーライス 牛乳 ゆで野菜の特製ドレッシング くだもの	切り干しごはん 牛乳 ちくわのいそべ揚げ 豚汁 冷凍みかん	さんまごはん 牛乳 もやしの梅しょうゆかけ かきたま汁 くだもの	けんちんうどん 牛乳 焼きししゃも そくせきづけ おはぎ
２３	２４	２５	２６	２７
秋分の日 	ひじきピラフ 牛乳 野菜のスープ煮 フルーツヨーグルト	麦ごはん 牛乳 さけの照り焼き ゆで野菜のみそドレッシング じゃがいものみそ汁 くだもの	中華丼 牛乳 わかめスープ スィートポテト	キムタクごはん 牛乳 きびなごのから揚げ 肉じゃが 菊花みかん
３０				
麦ごはん 牛乳 チキン南ばん 野菜のいそあえ 冷や汁 くだもの				