

| 月曜日  | 火曜日   | 水曜日   | 木曜日   | 金曜日   |
|--|---|---|---|---|
| <h1>令和5年 8・9月 献立表</h1> <h2>献立のテーマ「野菜の良さを知り、おいしく食べよう」</h2> <h3>高津学校給食センター</h3>  |   |   |   |   |
| 副菜皿 主菜皿 <small>牛乳</small><br>ご飯食器 汁食器  | 副菜皿 主菜皿 <small>牛乳</small><br>カレー皿 汁食器   |   | 24 ゆかりあえ スタミナ丼の具 <small>牛乳</small><br>ご飯 ビーフンスープ          | 25 まめなサラダ カツオカツ <small>牛乳</small><br>ご飯 わかめのみそ汁   |
| 28 シューマイ(小2個中3個) 冷麺 <small>牛乳</small><br>ご飯(少量) 五目野菜スープ                        | 29 切干大根ののりマヨサラダ カレイのから揚げ <small>牛乳</small><br>麦ご飯 厚揚げのみそ汁   | 30 きゅうりのナムル ●ピビンパの具 <small>牛乳</small><br>麦ご飯 もずくのすまし汁                     | 31 夏野菜のカラフルサラダ マスのマスタード焼き <small>牛乳</small><br>ご飯 ミネストローネ | 1 ねばねば野菜の鶏肉と高野豆腐のおかかあえ 鶏肉と高野豆腐のチリソース炒め <small>牛乳</small><br>ご飯 じゃがいものみそ汁                        |
| 4 冷凍みかん 海藻サラダ <small>牛乳</small><br>ご飯 夏野菜カレーライス                                | ~保幼小中連携献立~<br>5 きゅうりの即席漬け さばの竜田揚げ <small>牛乳</small><br>麦ご飯 おふのみそ汁                                 | 6 ●パンサンスー 肉団子の甘酢あんかけ <small>牛乳</small><br>麦ご飯 ワンタンスープ                     | 7 切干大根の中華炒め ぶりの塩麴焼き <small>牛乳</small><br>ご飯 豚汁            | 8 りっちゃんの元気サラダ ミートマカロニ <small>牛乳</small><br>野菜ふりかけ ご飯 モロヘイヤのスープ                                  |
| 11 茎わかめのかんぴら あじの梅肉ソースかけ <small>牛乳</small><br>ご飯 なめこ汁                           | ~全国味めぐり献立(鳥取県)~<br>12 砂丘らっきょうの二十世紀梨 ぶり辛そば丼の具 <small>牛乳</small><br>麦ご飯 じゃぶ煮                        | ~益田の食育の日献立~<br>13 ひじきのマリネ ハンバーグおろしソースかけ <small>牛乳</small><br>麦ご飯 ●とまたまスープ | 14 アーモンドあえ さごしのみそマヨ焼き <small>牛乳</small><br>ご飯 春雨スープ       | 15 納豆サラダ 豚肉のしょうが焼き <small>牛乳</small><br>ご飯 はんぺんのすまし汁  |
| 18 <b>敬老の日</b>   | ~保幼小中連携献立~<br>19 カラフルじゃこピーマン ガーリックチキン <small>牛乳</small><br><small>中学のみ黒糖ピーズ</small><br>麦ご飯 ABCスープ | 20 小松菜のごまあえ メバルのカレー風味唐揚げ <small>牛乳</small><br>麦ご飯 ●親子丼の具                  | 21 マカロニサラダ 焼きししゃも(小中2尾) <small>牛乳</small><br>わかめご飯 さつま汁   | 22 小松菜のとチーズのおかかあえ ミンチカツ <small>牛乳</small><br>ロールパン 焼きそば   |
| 25 ~益田・鹿足・益田養護学校共通カミ献立~<br>こんにゃくのナムル いわしのおかか煮 <small>牛乳</small><br>ご飯 鶏つくねのみそ汁 | 26 ヨーグルトあえ きびなごの唐揚げ <small>牛乳</small><br>麦ご飯 マーボー豆腐   | 27 ●花野菜サラダ 鶏肉となすのトマト煮 <small>牛乳</small><br>麦ご飯 スパイススープ                    | 28 おからサラダ チャプチェ <small>牛乳</small><br>ご飯 チンゲン菜のスープ         | ~お月見献立~<br>29 れんごんのきんぴら 秋鮭のゆずみそ焼き <small>牛乳</small><br><small>ごま塩</small><br>さつまいもご飯 月見団子のけんちん汁 |