


令和2年 9月分 中学校給食盛りつけ一覧表

	<p>1日 (火) 牛乳</p> <p>蒸し野菜 ウインナー</p> <p>コッペパン</p> <p>スープ スパゲティ</p> <p>スプーン</p>	<p>2日 (水) 牛乳</p> <p>冷かきまつり</p> <p>中華スープ</p> <p>豚キムチ ごはん</p> <p>スプーン</p>	<p>3日 (木) 牛乳</p> <p>蒸しキャベツ 鯖の竜田揚げ</p> <p>麦ごはん</p> <p>切干大根の 煮物</p>	<p>4日 (金) 牛乳</p> <p>ごぼうサラダ</p> <p>麦ごはん</p> <p>ゴーヤ チャンプルー</p>
<p>7日 (月) 牛乳</p> <p>さっぱりレモンの 豚ねぎ炒め</p> <p>麦ごはん</p> <p>豆腐と冬瓜 の汁物</p>	<p>8日 (火) 牛乳</p> <p>粉ふきいも 鶏の バーベキューソースかけ</p> <p>ミルクパン</p> <p>ミネストローネ スープ</p> <p>スプーン</p>	<p>9日 (水) 牛乳</p> <p>蒸しキャベツ 鮭の海苔フライ</p> <p>麦ごはん</p> <p>沢煮わん</p>	<p>10日 (木) 牛乳</p> <p>和風ツナサラダ</p> <p>麦ごはん</p> <p>高野豆腐の 卵とじ</p>	<p>11日 (金) 牛乳</p> <p>梨入り カクテルポンチ</p> <p>福神漬 麦ごはん</p> <p>手作り チキンカレー</p> <p>スプーン</p>
<p>14日 (月)</p> <p>体育祭 振替</p>	<p>15日 (火) 牛乳</p> <p>ミニトマト 鶏のコーンフレーク焼き</p> <p>コッペパン</p> <p>野菜の スープ煮</p> <p>スプーン</p>	<p>16日 (水) 牛乳</p> <p>冷奴</p> <p>しょうゆだれ</p> <p>手作り佃煮 麦ごはん</p> <p>スタミナ 炒め</p>	<p>17日 (木) 牛乳</p> <p>蒸しキャベツ 鰹とじゃが芋の ピリカラ和え</p> <p>麦ごはん</p> <p>くきわかめ入り きんぴらごぼう</p>	<p>18日 (金) 牛乳</p> <p>ひじきの中華風 サラダ</p> <p>麦ごはん</p> <p>マーボー豆腐</p> <p>スプーン</p>
<p>21日 (月)</p> <p>敬老の日</p>	<p>22日 (火)</p> <p>秋分の日</p>	<p>23日 (水)</p> <p>定期テスト</p>	<p>24日 (木)</p> <p>定期テスト</p>	<p>25日 (金) 牛乳</p> <p>ひたし はんぺんの香味焼き</p> <p>わかめ ごはん</p> <p>じゃが芋の 煮物</p>
<p>28日 (月) 牛乳</p> <p>ごま和え</p> <p>しぐれ煮ごはん</p> <p>かきたま汁</p> <p>スプーン</p>	<p>29日 (火) 牛乳</p> <p>ドレッシングサラダ</p> <p>コッペパン</p> <p>チリコンカン</p> <p>いちごジャム スプーン</p>	<p>30日 (水) 牛乳</p> <p>ピリ辛きゅうり 鯖の 味噌マヨネーズ焼き</p> <p>麦ごはん</p> <p>大根とあらめの 煮物</p>	<p style="text-align:center">食生活をチェック</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 1日3食、規則正しく食べている <input type="checkbox"/> 毎食、野菜を食べている <input type="checkbox"/> お菓子はとり過ぎないようにしている <input type="checkbox"/> 腹8分目を心がけている <input type="checkbox"/> 塩分のとり過ぎに気をつけている 	

食器太い線=大わん (ピンク)

細い線=小わん (ブルー)

点線=浅い皿 (パン皿)

二重線=大皿 (カレー皿)

長い点=深皿 (グリーン)

スプーン

はし=

食器は、よく確かめて盛りつけましょう