

ランチタイム | 令和4年9月

9月29日(木)

黒砂糖食パン 秋味シチュー 切干大根のサラダ 牛乳

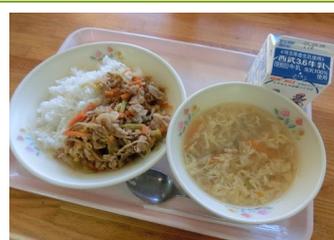
★秋味シチューは、さつまいもやキノコを使用したシチューです。サラダは栄養たっぷりの切り干し大根です。



9月28日(水)

ビビンバ 冬瓜のスープ 牛乳

★スープは、冬瓜にスープの味がしみていておいしくいただきました。



9月27日(火)

肉うどん みそポテト りんご 牛乳

★みそポテトは、じゃがいもの天ぷらに甘辛いみそダレをかけたものです。埼玉県秩父地方の郷土料理で、県のB級グルメに選ばれてから全国的にも有名になりました。



9月26日(月)

ごはん 麻婆豆腐 春雨サラダ 牛乳

★今日のサラダは、たっぷりの野菜と春雨を中華ドレッシングで味付けしました。



9月22日(木)

バターロール 鶏肉とじゃがいものトマト煮 コーンサラダ 牛乳

★サラダは、コーン・こまつな・キャベツ・にんじん・緑豆もやしを使用しました。



9月21日(水)

秋の香りおこわ いかのかりん揚げ 豆腐とえのきのみそ汁 牛乳

★給食も、秋を感じる献立になってきました。おこわには「さつまいもとキノコ」、みそ汁には「えのき」と秋が旬の野菜を使用しました。



9月20日(火)

ココア揚げパン ワンタンスープ ヨーグルト 牛乳

★大人気の揚げパン。今日は“ココア味”で提供されました。



9月16日(金)

枝豆ひじきごはん 鱈のピリ辛揚げ 具たくさんみそ汁 牛乳

★今日は「まごわやさしい献立」です。日本人が昔から食べてきた食材を使用しました。ま=豆、ご=ごま、わ=わかめ(海藻)、や=野菜、さ=魚、し=しいたけ、い=芋です。どこに入っているか探してみましょ。



9月15日(木)

コッペパン ソース焼きそば ボイルウインナー フルーツポンチ 牛乳

★今日のデザートはフルーツポンチの予定でしたが、食材の都合により杏仁豆腐に変更となりました。



9月14日(水)

カレーライス こんにゃくサラダ キャンディチーズ 牛乳

★今月の給食の目標は、「好き嫌いをなくそう」です。色々な食材をバランスよく食べましょ。



9月13日(火)

フラワーロール なすとトマトのスパゲティ コールスローサラダ 牛乳



9月9日(金)

そばろ丼 すまし汁 みたらし団子 牛乳

★今日は「お月見献立」です。デザートは、お団子にしょうゆと三温糖で作った餡をかけました。



9月8日(木)

子どもパン 手作りハムカツ キャベツのソテー たっぷりコーンのスープ 牛乳

★子どもパンには、スライスが入っています。ハムカツやキャベツをはさんでバーガーにして食べました。



9月7日(水)

エビピラフ 鶏肉の香草焼き レタスとトマトのスープ 牛乳

★鶏肉は、白ワイン・塩・ドライハーブで味をつけてオリーブオイルで焼きました。エビピラフとともに、食べ応え十分なメニューです。



9月6日(火)

千草うどん ちくわの磯辺揚げ 冷凍みかん 牛乳

★今日のうどんに使用しているネギは、飯能市双柳で作られた地場産の食材です。デザート冷凍みかんは、今年最後です。



9月5日(月)

ごはん 厚揚げとチンゲンサイのキムチ炒め 茎わかめのサラダ 梨 牛乳

★サラダは、茎わかめ・大豆もやし・キャベツ・にんじん・小松菜にナムルドレッシングで味付けをしました。



9月2日(金)

ごはん 鯖のみそだれ焼き きゅうりの塩昆布和え 鶏肉とごぼうのさっぱり煮 牛乳



9月1日(木)

食パン いちごジャム コーンチャウダー 大豆入りごまサラダ 牛乳

★今日のサラダは「和風ごまドレッシング」で味をつけています。大豆は、茹でてサラダにしたり、煮豆にしたりと、給食によく登場する食材です。

