







令和2年度

8・9月こんだてひょう



港区立白金小学校

月	火	水	木	金
<今月の給食目標>  決められた時間で食べよう		8月26日	27日	28日
		ドライカレーライス ぎゅうにゅう ハニーサラダ なし I補給 - 668 kcal	フィッシュバーガー ぎゅうにゅう ポトフ I補給 - 594 kcal	ごはん ぎゅうにゅう ひじきふりかけ ぶたにくのしょうがやき こまつなのあえもの I補給 - 611 kcal
31日	9月1日	2日	3日	4日
ちゅうかどん ぎゅうにゅう もずくスープ ぶどうゼリー 31日「野菜の日」 I補給 - 666 kcal	スパゲティ・なすいりミートソース ぎゅうにゅう じゃがいもいりサラダ きよほう I補給 - 630 kcal	ビビンバチャーハン ぎゅうにゅう はるさめスープ りんご I補給 - 582 kcal	いそごはん ぎゅうにゅう しおにくじゃが チャオゴウサイ I補給 - 636 kcal	ごはん ぎゅうにゅう さけのしおやき じゃがいものきんぴら みそしる I補給 - 624 kcal
7日	8日	9日	10日	11日
にしよくだーすど(セサミ・ガーリック) ぎゅうにゅう あきのシチュー かいそういりサラダ I補給 - 691 kcal	ごはん ぎゅうにゅう さばのみそに きっかあえ かきたまじる 9日「重陽の節句」 I補給 - 624 kcal	ルーローはん ぎゅうにゅう ビーフンスープ こうみあえ I補給 - 647 kcal	こぎつねごはん ぎゅうにゅう まめあじのからあげ けんちんじる ごまあえ I補給 - 613 kcal	ごはん ぎゅうにゅう とりのピリからやき もやしとわかめのごまじょうゆ みそしる I補給 - 610 kcal
14日	15日	16日	17日	18日
あきのかおりごはん ぎゅうにゅう なまあげとやさいのいために いしかりじる I補給 - 629 kcal	ごはん ぎゅうにゅう わふうコロッケ のりのサラダ めかたまじる I補給 - 686 kcal	イエローライス ぎゅうにゅう ミネストローネスープ ブルーン I補給 - 594 kcal	とりなんばんうどん ぎゅうにゅう ビーフンのこうみいため きなこおはぎ (あんいり) 19日「彼岸入り」 I補給 - 636 kcal	ハヤシライス 牛乳 ぱりぱりサラダ りんご I補給 - 629 kcal
21日	22日	23日	24日	25日
 敬老の日 I補給 - 629 kcal	 秋分の日 I補給 - 686 kcal	さんまのかばやきどん ぎゅうにゅう いなかじる キャベツのかおりづけ あおざりみかん I補給 - 675 kcal	チキンカレーライス ぎゅうにゅう ひよこまめのサラダ きよほう I補給 - 676 kcal	ごはん ぎゅうにゅう かつおのごまみそがらめ おひたし たまごスープ I補給 - 651 kcal
28日	29日	30日		
コーンマヨネーズドッグ ぎゅうにゅう こんさいのカレースープ なし I補給 - 674 kcal	さといもごはん ぎゅうにゅう イカのかりんあげ キャベツとわかめのからししょうゆ おつきみだんこじる うさぎりんご 10月1日 「中秋の名月」 I補給 - 625 kcal	ふかがわめし ぎゅうにゅう とうきょうとんじる たまブルーベリーのとうにゅうゼリー 10月1日 「都民の日」 東京都の郷土料理 I補給 - 605 kcal		