



8・9月 もりつけ表



#REF!
氷見市立十三中学校

月	火	水	木	金
		27 冷凍もも 野菜シューマイ② 梅ドレッシングサラダ ポークハヤシ ご飯	28 メンチカツ 枝豆サラダ 春雨スープ ご飯	29 チョコクリーム カップグラタン フルーツヨーグルト和え マカロニスープ コッペパン
9/ 1 照り焼きチキン 野菜のオイスターソース炒め ワンタンスープ わかめご飯	2 さばの塩焼き 変わり漬け 厚揚げとかぼちゃのみそ汁 ご飯	3 ミックスみそ豆 ごま酢和え 肉団子スープ ご飯	4 巨峰③ 豚肉の生姜炒め 三色ナムル なめこ汁 ご飯	5 かぼちゃひき肉フライ スパゲッティサラダ わかめスープ 米粉パン
7(日) いちごジャム/ジョア ボロニアステーキ ブロッコリーサラダ フルーツポンチ コッペパン	9 鶏のから揚げ 小松菜のごま和え にら玉汁 ご飯	10 さばの銀紙焼き きんぴらごぼう 団子汁 ご飯	11 キャベツ入り平つくね 青菜のコーン和え 氷見うどん汁 ご飯	12 りんごジャム 白身魚フライ 野菜のカレーソーテー コンソメスープ コッペパン
15 敬老の日	16 ふくらぎのカレー揚げ ゆかり和え もずくのおつゆ ご飯	17 小籠包② 青菜のごまみそ和え 大根と厚揚げの中華煮 ご飯	18 クリームソーダ風ゼリー オムレツ 卵の花入りポテトサラダ キーマカレー 麦ご飯	19 鶏のスタミナソースがけ ひじきサラダ じゃがいもとわかめのみそ汁 ご飯
20(土) ジョア ドライカレーの具 焼きポテト 野菜スープ 麦ご飯	23 秋分の日	24 揚げ出し豆腐の甘酢あんかけ 即席漬け 豚汁 ご飯	25 チーズソースハンバーグ ビーフンソーテー かきたま汁 ご飯	26 ささみチーズフライ 海藻サラダ クリームスープパスタ コッペパン
29 いかのかりん揚げ もやしのナムル キムチスープ ご飯	30 ヨーグルト いわしの梅煮 小松菜と切干大根のひたし じゃがいものそぼろ煮 ご飯			