

9月

*10日、18日は17時30分給食です。

*献立は材料・調理の都合で変更することがあります。

長浜北星高等学校（定時制） R7.9

月 曜 日	火 曜 日	水 曜 日	木 曜 日	金 曜 日
1 始業式  9月1日は 防災の日	2 ご飯 鶏のピリ辛焼き じゃがいものごまみそ和え 豆腐のみそ汁 牛乳 953 kcal	3 さつまいもご飯 さわらの香味焼き 野菜のごま和え 豆乳の臭たくさんみそ汁 牛乳 793 kcal	4 ご飯 豚肉と小松菜の生姜炒め 高野豆腐の含め煮 もやしのみそ汁 牛乳 786 kcal	5 揚げパン(砂糖) なすのミートグラタン 野菜スープ ジョア 769 kcal
8 ゆかりご飯 親子うどん もやしの和え物 牛乳 721 kcal	9 ご飯 肉じゃが マカロニサラダ きのこのみそ汁 牛乳 907 kcal	10 チキンカレー ブロッコリーサラダ 福神漬 牛乳 850 kcal	11 ご飯 白身魚のチーズみそ焼き ひじきの煮物 大根のみそ汁 牛乳 754 kcal	12 ご飯 焼き栗コロッケ 春雨サラダ さつまいものスープ 牛乳 910 kcal
15 敬老の日  敬老の日	16 ご飯 さばの煮つけ キャベツのおかか和え 豚汁 牛乳 848 kcal	17 もち麦ご飯 ヤンニョムチキン ポテトサラダ 白ねぎのみそ汁 ジョア 941 kcal	18 ご飯 八宝菜 シューマイ 中華スープ 牛乳 760 kcal	19 校外学習 給食なし
22 ご飯 鮭のレモン漬け もやしの変わりごま和え じゃがいものみそ汁 牛乳 848 kcal	23 秋分の日 	24 わかめご飯 お好み焼き ハムとピーマンの酢の物 麩のみそ汁 牛乳 779 kcal	25 ご飯 ハンバーグ ほうれん草の彩り和え なめこのみそ汁 牛乳 808 kcal	26 食パン ハムカツ キャベツのマヨネーズサラダ 春雨スープ 牛乳 898 kcal
29 ご飯 鶏肉となすのチリソース炒め チンゲン菜のナムル わかめのみそ汁 ヨーグルト 牛乳 730 kcal	30 ご飯 さんまのおかか煮 野菜炒め さつまいものみそ汁 牛乳 815 kcal	おいしく楽しく食べるために! 食卓のマナーを守りましょう 食事は1人で食べるよりも、家族や友達と一緒に食べると、よりおいしく感じますね。自分自身がおいしく楽しく食べるのはもちろん、周りの人と気持ちよく食事をするために、1人1人が食事のマナーを守ることが大切です。 おしはしを正しく持ちましょう ●上のはしを動かして、はし先で食べ物をさす おしはしを正しく持ちましょう ●おしはしを動かして、はし先で食べ物をさす おしはしを正しく持ちましょう ●おしはしを動かして、はし先で食べ物をさす		

おいしく楽しく食べるために!
食卓のマナーを守りましょう

食事は1人で食べるよりも、家族や友達と一緒に食べると、よりおいしく感じますね。自分自身がおいしく楽しく食べるのはもちろん、周りの人と気持ちよく食事をするために、1人1人が食事のマナーを守ることが大切です。

