9月 配 膳 図

東温市学校給食センター

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日

関根 永悟 コーチ

僕たち、愛媛FCがメニューを考えました！ゴーヤチャンプルーは、沖縄の郷土料理で、ゴーヤ、豚肉、卵などを炒め合わせた料理です。
ゴーヤのビタミンC、豚肉のビタミンB1、卵のたんぱく質等、夏バテ気味のこの時期に食べると元気になる料理です。美味しく食べてね！

1日 始業式

2日
- フルーツあえ
- ツナサラダ
- あかまいごはん
- なつやさいカレー

3日
- なし
- なつやさいのかきあげ
- こくとうパン
- れいめん

4日
- ヨーグルト
- こまつなのおひたし
- とりにくのバジルやき
- しろごはん
- とうおんじる

5日
- ゆでやさい
- えびのこうみあげ
- コッペパン
- にくだんごのクリームに

8日
- あおなのカラフルあえ
- なっとうみそ
- しろごはん
- ちくぜんに

9日
- こまつなのナムル
- はるまき
- しろごはん
- なすいりマーボーどうふ

10日
- とうおんしさんももジャム
- あおじそドレッシングサラダ
- アーモンドいりこ
- コッペパン
- ポークビーンズ

11日
- すだちふうみづけ
- なすのおとしあげ
- しろごはん
- むらくもじる

12
- しそひじき
- ほうれんそうのごまあえ
- ゴーヤチャンプルー
- しろごはん
- スタミナじる

愛媛FCとのコラボメニュー

15日 敬老の日

16
- おかかあえ
- うめ～ぇきんぴら
- しろごはん
- しみどうふどん

17日
- フレンチサラダ
- ラザニア
- ジュリアンヌスープ
- コッペパン

18日
- ちゅうかあえ
- さかなのチリソース
- しろごはん
- ちゅうかコーンスープ

19
- レモンドレッシングサラダ
- はだかむぎいりとうふグラタン
- コッペパン
- やさいスープ

22日
- ばいにくあえ
- ちくわのいそべあげ
- くりごはん
- けんちんじる

秋のお彼岸メニュー

23日 秋分の日

24日
- （小・中）ぶどう
- （幼）なし
- さつまいもサラダ
- はだかむぎこパン
- なすのミートスパゲティ

25日
- カシューナッツあえ
- ささみのレモンに
- しろごはん
- なめこのみそしる

26
- キャベツのおひたし
- さんまのにつけ
- しろごはん
- いもたき

大洲市の味めぐり

29日
- コーンサラダ
- こにぼしのいそかあげ
- きのこピラフ
- キャロットスープ

30日
- さんしょくあえ
- れんこんのきんぴらカレーふうみ
- しろごはん
- とうふのごもくあんかけ

今年も桃ジャムができました☆

東温市産の桃を使った「桃ジャム」が、今年も完成しました！
今年の桃は「**日川白鳳（ひかわはくほう）**」という品種で、糖度が高く、甘いのが特長です。
7月4日、東温市南方の桃農家の方が、朝の5時から3時間ほどかけて収穫してくれました。午後には業者の方が桃を取りに来て、桃ジャムの会社へ送りました。
毎年、「どこに売っているのか教えて欲しい。」と聞かれるほど、好評の桃ジャムです。今年の桃ジャムも、味わって食べてくださいね！