

給食だより 9月号



北海道小樽潮陵高等学校定時制

令和7年8月29日 No.6

日	曜	献立	行事
1	月	豚肉の柳川風、和え物、味噌汁（とろろ昆布・長ねぎ）	
2	火	名古屋風ザンギ、春雨サラダ、中華スープ	前期期末考査①
3	水	冷やしたぬきうどん、おにぎり	前期期末考査②
4	木	ホタテ炊き込みご飯、里いも田楽、すまし汁（麩、えのき）	前期期末考査③
5	金	キーマカレー、コーンスープ、大根サラダ	前期期末考査④
6	土		
7	日		
8	月	麻婆豆腐、揚げしゅうまい、きゃべつ浅漬	
9	火	焼き魚、肉じゃが、ほうれん草白和え	
10	水	味噌ラーメン、おにぎり	
11	木	とんかつ、切り干し大根、味噌汁（わかめ・えのき）	後志生活体験発表大会
12	金	チキンカレー、コールスローサラダ、ババロア	
13	土		
14	日		
15	月		敬老の日
16	火	チキン南蛮、大根の煮物、味噌汁（さつまいも・長ねぎ）	
17	水	きつねうどん、ハムカツ、おにぎり	
18	木	ハヤシライス、スパゲッティサラダ、コンソメスープ	
19	金	チキンライス、かぼちゃクリーム煮、サラダ	
20	土		
21	日		
22	月	八宝菜、はんぺんチーズフライ、味噌汁（とうふ・長ねぎ）	
23	火		秋分の日
24	水	鮭ちらし、大根カニカマ餡、すまし汁	
25	木	かしわそば、おにぎり	
26	金	シーフードカレー、シーザーサラダ、ババロア	
27	土		
28	日		
29	月	チキン南蛮、五目金平ごぼう、味噌汁（麩・長ねぎ）	
30	火	さば味噌煮、ほうれん草白和え、コーンかき玉汁	潮定祭、前期終業式



秋なすの話



9月頃から収穫される「秋なす」は、身体を冷やす効果があるといわれています。残暑が厳しい時期にぴったりの野菜です。夏のなすより水分を多く含んでいるので、柔らかく、うま味や甘みが強いのが特徴です。

麻婆なす、天ぷら、煮びたし、味噌炒めなど様々な料理を楽しんでみましょう。

