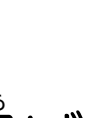
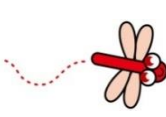
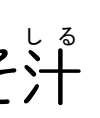
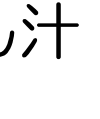
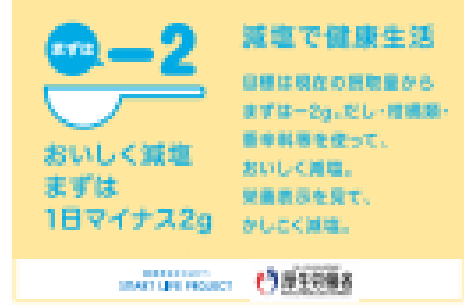


月		火		水		木		金	
1	ぎゅうにゅう 牛乳	2	ぎゅうにゅう 牛乳 	3	ぎゅうにゅう 牛乳	4	ぎゅうにゅう 牛乳	5	ぎゅうにゅう 牛乳
ごはん 沢煮椀  和風梅チキン ポテトサラダ		ごはん 白菜のみそ汁  豚肉のしょうが炒め だいこんサラダ		丸パン ポトフ タンドリーチキン まめまめサラダ 小5欠食 		ごはん キムチスープ 春巻き  野菜のナムル		ごはん のっぺい汁  魚のみそ粕焼き のり酢あえ	
8	ぎゅうにゅう 牛乳	9	ぎゅうにゅう 牛乳	10	ぎゅうにゅう 牛乳・ミルメークいちご	11	ぎゅうにゅう 牛乳	12	ぎゅうにゅう 牛乳 
ごはん ワントンスープ チンジャオロース もやし中華和え 		ごはん かきたま汁  みそカツ キャベツサラダ		抹茶揚げパン ABCスープ オムレツ コーンサラダ 小3年生希望献立		チャーハン はるさめスープ チヂミ チーズおかかサラダ		ナン コンソメスープ キーマカレー フルーツポンチ	
		16	ぎゅうにゅう 牛乳	17	ぎゅうにゅう 牛乳 	18	ぎゅうにゅう 牛乳	19	ぎゅうにゅう 牛乳
敬老の日 		ごはん なめこ汁  魚の西京みそ漬け焼き ささみサラダ		米粉パン  野菜スープ ミートグラタン ブロッコリーサラダ		ごはん 吉野汁  ちくわの磯部揚げ 五目きんぴら  小6欠食		ごはん 白菜スープ  肉じゃが  ゆかりあえ 小6欠食	
22	ぎゅうにゅう 牛乳	23		24	ぎゅうにゅう 牛乳	25	ぎゅうにゅう 牛乳 	26	ぎゅうにゅう 牛乳 
ごはん 豚汁  さわらの照り焼き こんこんサラダ 小6欠食		秋分の日 		アップルパン コーンスープ 赤魚のアクアパッツア フレンチサラダ		ごはん 実だくさんみそ汁  豆腐のふんわりハンバーグ なめたけ和え 中学校・小2欠食		ごはん けんちん汁  春巻きコロッケ おかかたくあん和え 中学校欠食	
29	ぎゅうにゅう 牛乳	30	ぎゅうにゅう 牛乳						
五目ごはん  じゃがいものみそ汁  ほっけの塩焼き 糸寒天サラダ 		ごはん  八宝菜汁  ショーロンポー だいこんのナムル 小1欠食		 かみかみ食材 を使った献立  貝だくさん みそ汁		 			

9月1日
防災の日

食の備えは万全ですか？

地震や台風などによる大規模災害が起きたときに備え、最低3日分、できれば1週間分程度の食料品を備蓄しておくことが安心です。9月1日の防災の日に合わせて、家庭での備蓄品を見直すとともに、災害時を想定して、非常食や防災食を実際に作って食べる体験をしてみたいかがでしょうか。

1人1日分の食品例



食生活改善普及運動

食生活の改善の重要性を目的に

「まずは毎日、あと一皿ずつ野菜と果物をプラス」

をテーマとし、

「野菜摂取量の増加」、

「果物摂取量の改善」、

「バランスのよい食事を摂っている者の増加」、

「食塩摂取量の減少」

などの取り組みが行われています。

皆さんは心がけていることがありますか？

