

◎今月の給食目標：一定の時間内に食べる
努力をしましょう

9月の給食献立表

★9/14のお誕生日会は
フィレオフィッシュ、スープ、
フレンチサラダです
おやつは いちごクレープです

曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
日	4日	5日・19日	6日・20日	7日・21日	8日・22日※	9日
給食	かぼちゃのそぼろ煮 すまし汁	白身魚のクリーム煮 サラダ	豚肉の生姜焼き 添え野菜 みそ汁	鶏肉の天ぷら なます すまし汁	柳川風煮 酢の物	インゲンのそぼろ丼 スープ
	かぼちゃ 鶏ミンチ 玉ねぎ 油 三温糖 醤油 片栗粉 麩 かまぼこ 出汁鰹 醤油	白身魚 人参 玉ねぎ じゃがいも ブロッコリー ホワイトソース缶 牛乳 コンソメ、油 トマト キャベツ、きゅうり 醤油、酢 マヨネーズ	豚肉 玉ねぎ 生姜 醤油（濃）、酒 みりん、油 キャベツ きゅうり たまご 玉ねぎ 青ネギ 出汁鰹 味噌	鶏肉 酒、にんにく 生姜、天ぷら粉 醤油、油 大根 人参 すりごま 砂糖、酢 ほうれん草 えのき 出汁鰹 醤油	牛肉 玉ねぎ ささがきごぼう 人参 たまご、三つ葉 砂糖、醤油（濃） みりん、油 きゅうり かニかまぼこ わかめ 酢 砂糖、醤油	インゲン 豚ミンチ 酒 ピーナツバター 味噌 みりん 塩 たまご わかめ ニラ 中華スープ 醤油
10時	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク
3時	牛乳 マカロニきな粉	牛乳 ツナマヨトースト	牛乳 チヂミ	牛乳 果実 ハッピーターン	牛乳 クッキー 22日 きなこおはぎ	お菓子

★22日(金)のおやつは『きなこおはぎ』に変わります。

★29日のおやつは『月見だんご』です。（今年の「十五夜」は29日(金)です）

曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
日	11日・25日	12日・26日	13日・27日	14日※・28日	15日・29日※	16日・30日
給食	豚肉と小松菜の炒め物 みそ汁	ひじきご飯 きんぴらごぼう みそ汁	イカのオイスター炒め スープ	筑前煮 すまし汁	赤魚の煮つけ 和え物 豆乳みそ汁	ナポリタン スープ
	豚肉 小松菜 たまご 醤油（濃）、砂糖 みりん、酒 片栗粉 ごま油 白菜 さつま揚げ 人参 出汁鰹 味噌	ひじき 油揚げ、生姜 醤油、出汁昆布、酒 豚肉 ささがきごぼう 人参 糸こんにゃく 砂糖、醤油 ごま、油 麩 わかめ、えのき 出汁鰹、醤油	イカ チンゲン菜 しいたけ 人参 油、酒 鶏がらスープ 醬油、ごま油 オイスターソース 白菜 ベーコン コーン缶 醤油、コンソメ	鶏肉 こんにゃく レンコン 人参 ごぼう 椎茸、キノコ 砂糖、醤油 みりん、油 豆腐 青ネギ かまぼこ 出汁鰹、醤油	赤魚 生姜 醤油（濃） 三温糖、酒 白菜 人参 きゅうり 砂糖、醤油 小松菜 人参、えのき 油揚げ、豆乳 出汁鰹、味噌	スパゲティ 玉ねぎ 人参 ピーマン ウインナー ケチャップ 油 わかめ 青ネギ コンソメ ごま油 醤油
10時	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	※酷暑や災害の為食材も高騰しています。献立変更もあります。ご了承ください。
3時	牛乳 じゃがいもの チーズおやき	牛乳 ホットドック	牛乳 りんごケーキ	牛乳 お菓子	牛乳 果実・ビスコ 29日 月見だんご	

きゅうしょくしつより

😊 9月の行事と食べ物

★9月には、行事が沢山あります。その行事にちなんだ食べ物を、いくつか存じでしょうか？

①9月9日（重陽の節句）

☆五節句のひとつ。菊の節句・栗の節句ともいい、大変めでたい日とされています。

この日には餅や赤飯、甘酒を作って祝ったり、ナスや栗飯を食べる習わしのあるところがあります。

②満月の夜（十五夜）

☆芋名月とも言われ、初物の里芋を供えて豊作を感謝する祭りが古くからあり、

今のお月見はその名残です。芋や団子、栗、柿、梨、ぶどう、大根などの季節の実りを供えます。

③秋彼岸

☆収穫前に、感謝の気持ちを込めておはぎや団子を作って先祖を祀ります。

◎昔ながらの風習を食卓に取り入れ、子どもたちとの会話と食事を楽しんで下さい。

8月から村上優月栄養士が加わりました。おいしい給食を提供します。

