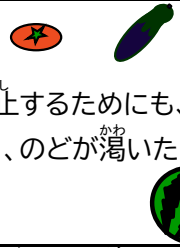


暑い時期にかかせない水分補給

たくさん汗をかく時期です。熱中症を防止するためにも、水分補給がとても大事になります。汗をかいたり、のどが渇いたりする前に、しっかり水分をとりましょう。



十五夜とは

9月17日は、十五夜です。十五夜は「中秋の名月」や「芋名月」とも呼ばれています。この日はススキを花瓶に生けて、お団子をお供えしたり、収穫したさつまいもやさといもをお供えすることがあります。

キャベツとツナのソテー

オムレツ

2日

コッパン

ポークビーンズ

ぎょくにソーセージ

やきのり

3日

アルファかまい

岐福(ぎふ)みそしる

えだまめのしおゆで

ドライカレー

4日

(むぎいり)

コンソメスープ

チンゲンサイのおひたし

わふうハンバーグ

29日

(むぎいり)

岐福(ぎふ)そうでんみそしる

あんにと豆腐

チンジャオロース

30日

コーンたまごスープ

もやしのソテー

イワシのマリネ

9日

くろパン

ラビオリスープ

くきわかめのいために

いりたまご

10日

ツナごはん

あつあげのみそしる

ひじきとだいずのもの

シヤモのくろごまあげ

11日

(むぎいり)

いなにわうどんじる

かてめし

ぶたにくのながねぎいため

12日

(むぎいり)

まゆたまじる

じゃがいものきんぴら

ちくわのこうみあげ

6日

なすのみそしる

けいろうのひ

16日

さといものものに

サンマのおろしに

17日

つきみデザート

かぼちやいりうちまめじる

ナムル

ぶたキムチ

18日

(むぎいり)

アサリと豆腐のスープ

ピーンズサラダ

グリーンポテト

19日

ソフトめん

ベスカトーソース

こまつなのごまあえ

カツオのにつけ

20日

ごもきのかじる

ふりかえきゅうじつ

23日

こまつなのおかかあえ

とりてん

24日

きんしたまごのすまじる

フルーツポンチ

きのこスパゲティ

25日

クロワッサン

ポテトスープ

ギョーザ

ちゅうかどんぶり

26日

(むぎいり)

わかめスープ

きりぼしだいこんのうめあえ

あつあげのそぼろあんかけ

27日

さつまいもいりとうにゆうじる

カラフルサラダ

フライビーンズ

30日

かいばしらのチャウダー

8・9月

学校給食献立表

岐阜市立則武小学校

あじのたび

こんげつは『さいたまけん』

鉄分(てつぶん)が多いこんだての日

食物(しょくもつ)せんいが多いこんだての日

(にほんがたしよくじ)「日本型食事」の日

しっかり食べて健康な体と心を作ろう!