



9月のお楽しみ給食

9月4日(金) わくわく給食
「世界の料理～ギリシャ～」

こんだて
＜献立＞

- 味つけコッペパン
- 牛乳
- ムサカ
- ひよこ豆のスープ



今月のわくわく給食は『ギリシャ料理』です。
ムサカは、ギリシャやバルカン半島で親しまれている家庭料理です。なすやじゃがいもを薄切りにして重ね、ミートソースをはさみ、その上からベシャメルソースをかけてオーブンで焼き上げます。ラザニアのような層構造で、しっとりとした食感とチーズの香ばしさが特徴です。

9月24日(木) お月見献立

こんだて
＜献立＞

- 鶏そぼろ丼
- 牛乳
- 塩こうじ汁
- みたらし団子



お月見とは、旧暦の8月15日「十五夜」をさします。今年の十五夜は、9月25日(金)です。おだんごや里いも、ススキなどを月にお供えて、作物の収穫に感謝します。

9月17日(木) 八幡食育の日

こんだて
＜献立＞

- ごはん
- 牛乳
- 鯖の塩こうじ焼き
- ひじきの炒め煮
- かまぼこのすまし汁



バランスのよい食事をするために取り入れたい食品の頭文字をとってつなげると、「まごわやさしい」になります。給食では普段からたくさんとり入れるようにしています。

9月30日(水) かみかみ献立

こんだて
＜献立＞

- 発芽玄米入りごはん
- 茎わかめの佃煮
- 牛乳
- あじのさらさあげ
- 根菜汁



よくかむと、脳の働きがよくなり、さらに虫歯を防いでくれます。私たちの心と体の健康によいことがたくさんあるので、しっかりかんで食べましょう！

