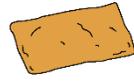




がつ だの きゅうしょく 8・9月のお楽しみ給食



あぶらあげ



ごま



やさい



さかな

もく やわたしょくいく ひ 9月1日(木)八幡食育の日

こんだて 献立

- ごはん
- 牛乳
- 鯖の塩焼き ● 茎わかめのきんぴら
- かぼちゃのみそ汁

鯖には、EPA(エイコサペンタエン酸)やDHA(ドコサヘキサエン酸)が含まれています。血液をサラサラにする働きがあります。

★まごはやさしい★

バランスのよい食事をするためにとり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。

つきみこんだて 9月8日(木)お月見献立

こんだて 献立

- かやくごはん
- 牛乳 ● 月見汁
- みたらし団子



お月見とは、月をながめる行事のことです。おだんごや里いも、ススキなどを月にお供えて、作物の収穫に感謝する日です。

げつ こんだて 9月12日(月)かみかみ献立

こんだて 献立

- 発芽玄米入りごはん
- 牛乳 ● かみかみ豚キムチ
- ジャがいものみそ汁



発芽玄米とは、玄米をわずかに発芽させたもので、眠っていた酵素が活性化され、玄米よりも栄養価が高くなります。

こんげつ しょくいく 今月の食育ピクトグラム

9月1日は防災の日です。

いつ起こるかもしれない災害を意識し、非常時のための食料品を用意しておきましょう。

※今月のわくわく給食献立はありません。

ローリングストックをしよう



7 災害に
そなえよう

