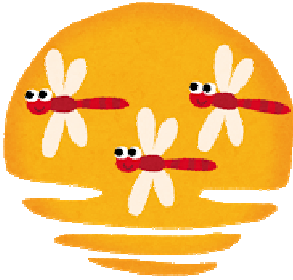
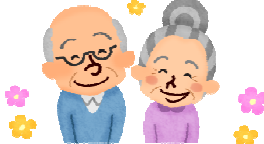
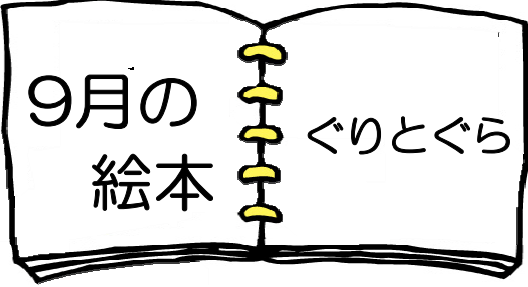


9月のきゅうしょくだより

月	火	水	木	金	土
	1 かぼちゃのカレーライス スクランブルエッグ きゅうりの酢の物	2 魚のソース揚げ 切り干し大根の煮物 小松菜の磯和え	3 豆腐ステーキの肉みそ ジャーマンポテト きゅうりとコーンのサラダ	4 野菜の卵とし 茄子のそぼろ煮 キャベツのツナ和え	5 イタリアンスパゲティ ポテトスープ
	マカロニきな粉和え	ココアホットケーキ	きな粉ドーナツ	フルーツポンチ	ジャムサンド
7 野菜の香り焼き あらめの煮物 キャベツの昆布和え	8 マーボー豆腐 ほうれん草のナムル 粉吹き芋	9 魚の味噌焼き きゅうりとわかめの酢の物 じゃが芋の味噌汁	10 肉じゃが マカロニサラダ 金時豆煮	11 ツナ入り卵焼き ごぼうのサラダ ワカメスープ	12 そぼろ丼 具たくさんスープ
ベーコンとチーズのケーキ	簡単中華まん	フレンチトースト	みるくもち	もちもちパン	シュガートースト
14 高野豆腐の煮物 コールスローサラダ 春雨スープ	15 お弁当ごっこ ミートローフ りっちゃんの元気サラダ じゃが芋のツナマヨ和え	16 魚の竜田揚げ 春雨サラダ かぼちゃチーズ	17 豚汁ンジャーの日 豆腐ステーキの 甘酢あんかけ 小松菜のきのこ和え 豚汁 	18 しょうゆラーメン キャベツのゆかり和え きんぴらごぼう	19 焼きそば ブロッコリーのおかか和え
ぶどうゼリー	パンプティング	ぐりとぐらのパンケーキ	ツナトースト	りんごゼリー	ココア蒸しパン
21  敬老の日	22 	23  秋分の日	24 小松菜とちくわの卵炒め バンサンスー 豆腐のすまし汁	25 誕生会 和風スパゲティ 魚のフライ オーロラソースかけ 大豆サラダ 誕生児；スフレケーキ 	26 牛肉と3色野菜の丼 もやしとわかめのスープ
28 鶏のつくね煮 さつま芋の味噌汁 切り干し大根のサラダ	29 干草焼き 鶏レバーのケチャップ煮 小松菜のゴマ和え	30 魚の梅焼き ポテトサラダ かきたま汁	9月の絵本 		
コーントースト	レーズン蒸しパン	ピザトースト			

☆給食室より☆

防災意識を高めよう！

9月1日は防災の日です。

「政府、地方公共団体等関係諸機関をはじめ、広く国民が台風、高潮、津波、地震等の災害についての認識を深め、これに対処する心構えを準備する」ことにした日本の記念日です。
お家でも防災グッズの準備や点検を行い、防災の意識を高めましょう。



ローリングストック

日常生活で使用している備蓄品を普段から少し多めにストックし、常に新しい物と入れ替える方法(ローリングストック)を活用することで、いざという時の賞味期限切れを防いだり、災害時にも日常生活に近い食生活を送ることができます。家族で非常食を用意する場合、目安は家族の人数×3～7日分のストックがあると良いと言われています。