



9月 よていこんだてひょう



食品群	体内でのほたつき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をどとのえる

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります。※魚には小骨がある可能性があります。気をつけて食べましょう。

こ ん だ て	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)
	こ ん だ て	こ ん だ て	こ ん だ て	こ ん だ て	こ ん だ て
	あか	あか	あか	あか	あか
き	き	き	き	き	き
みどり	みどり	みどり	みどり	みどり	みどり
こ ん だ て	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)
	こ ん だ て	こ ん だ て	こ ん だ て	こ ん だ て	こ ん だ て
	あか	あか	あか	あか	あか
き	き	き	き	き	き
みどり	みどり	みどり	みどり	みどり	みどり
こ ん だ て	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)
	こ ん だ て	こ ん だ て	こ ん だ て	こ ん だ て	こ ん だ て
	あか	あか	あか	あか	あか
き	き	き	き	き	き
みどり	みどり	みどり	みどり	みどり	みどり
こ ん だ て	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)
	こ ん だ て	こ ん だ て	こ ん だ て	こ ん だ て	こ ん だ て
	あか	あか	あか	あか	あか
き	き	き	き	き	き
みどり	みどり	みどり	みどり	みどり	みどり
こ ん だ て	29(月)	30(火)	9月1日は防災の日		
	こ ん だ て	こ ん だ て	防災の日		
	あか	あか	防災の日		
き	き	防災の日			
みどり	みどり	防災の日			

旧盆なかび給食なし

♡おいしい給食 リクエスト♡

9月から毎年恒例の6年・中3年生のリクエストを給食に取り入れます。どの学校がリクエストしたのかは給食時間の放送でお伝えしますお楽しみに！

(献立表には♡でお知らせしています)

秋分の日

アレルギー物質を含む食品の表示について

料理別に食品を明記した詳細献立表を準備しています。必要な方は担任へ申し出てください。

9月1日は防災の日

近年、大地震をはじめ、台風や豪雨などの災害が全国的に起こっています。ひとたび大きな災害が起こると、水や食料品が手に入りにくくなりますので、日ごろから少し多めに買い置きし、使いながら備える「ローリングストック」を実践しましょう。

水は必需品！
1人1日3Lが目安です。

カセットコンロとボンベがあれば、食べられる食品の幅が広がります。

食料品は常温で保存ができ、簡単な調理やそのまま食べられるものが便利です。

缶詰、レトルト食品、乾物、日持ちのする野菜など。

好きなお菓子や食べ慣れているものがあると、不安な気持ちを和らげてくれます。

数品を同時に作れて水を節約できる湯せん調理がおすすめです。

① 耐熱ポリ袋に食材、水、調味料などを入れ、空気を抜いて袋の上の方で結ぶ。
② 鍋の底に耐熱皿や布巾などを敷いてお湯を沸かし、①を入れて加熱する。