

2024年度

9 月 献 立 表

2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)
			前期期末考査①	前期期末考査②
豚丼 味噌汁 冷奴	みそラーメン 青のりポテト 果物	ごはん 味噌汁 肉巻きフライ お浸し	海鮮炒飯 スープ 焼きギョウザ	チキンカレー 福神漬 スープ デザート
9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (金)
前期期末考査③	前期期末考査④			専門学校見学会
麻婆豆腐丼 スープ ナムル	焼きうどん スープ コロッケ	ごはん 豚汁 筑前煮 ゆかり和え	五目ごはん 味噌汁 スコッチエッグ ポテトサラダ	給食なし
16 (月)	17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)
敬老の日 敬老の日			職員会議	
敬老の日	あんかけ焼きそば わかめスープ デザート	ごはん 味噌汁 肉豆腐 揚げ浸し	とうもろこしごはん 味噌汁 タンドリーチキン たたききゅうり	ハヤシライス スープ デザート
23 (月)	24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)
秋分の日 秋分の日		成績会議		
秋分の日	ミートスパゲティ スープ グリーンサラダ	ごはん 具たくさん汁 魚の塩焼き 鶏肉とこんにゃくの みそ炒め	わかめごはん 味噌汁 肉じゃが 厚焼卵	スープカレー バターライス デザート
30 (月)	*時間は17:00～17:30です。			
前期終業式	*メニューは変更になることがあります。			
三色丼 味噌汁 しゅうまい	『防災の日（9月1日）』 防災の日は、1923年9月1日に起きた「関東大震災」の日に由来し、災害への意識を深め、対処する心構えを身につけることを目的に制定されました。また、9月は台風が発生し、風水害の多い時期でもあります。 農林水産省「災害時に備えた食品ストックガイド」では、最低3日分～1週間分の食品の家庭備蓄が望ましいといわれています。食品の家庭備蓄には、レトルト食品、フリーズドライ食品、缶詰、乾物などいろいろなものがありますが、給食では「防災の日こんだて」で、乾物のみそ汁、冷凍野菜とツナ缶を使用したあえものです。 災害直後は炭水化物ばかりになりがちです。エネルギー源としてとても重要ですが、栄養バランスを考慮しないと体調不良になる可能性があります。たんばく質をとるためには缶詰がおすすめです。ツナ、サバ、いわし、さんまなど魚介類の缶詰や、コンビーフ、牛肉の大和煮、焼き鳥など肉類の缶詰などがあります。缶詰は長期保存ができる上、手軽にたんばく質をとることができます。			