

9月になりましたが、まだまだ暑い日が続いています。

献立表の数値・数量は原則

秋の気配を感じられるのは、もう少し先になるのかもしれませんが。

小学校中学年1人当たり

暦の上ではもうすでに秋ですが、なかなか涼しく感じる日が少なく

の値です。

今月も熱中症対策が必要です。こまめな水分補給はもちろんのこと

低学年...10%減

食事や睡眠をしっかりと、残暑を乗り切ることができる

高学年...10%増

体づくりを心がけましょう。



中学生...30%増

になります

※献立および献立表について
都合により、献立もしくは食材を変更する場合があります。
変更した場合は学校へ連絡いたします。
食材の詳細については学校から配布される
アレルギー一覧表や町HPをご確認ください。(☆がついているもの)

♪今月の生産者さん♪

小柳さん...ピーマン・パプリカ・じゃがいも・きゅうり

阪口さん...たまねぎ

宮本さん...たまねぎ・にんにく・青ねぎ・なす

雪谷さん...しいたけ セイコーファームさん...しめじ

Month header row with columns for 月, 火, 水, 木, 金.

Main menu grid for weeks 1-4, including items like ごはん, サバかんカレー, チンジャオロース, etc.

Month header row for weeks 5-11.

Main menu grid for weeks 5-11, including items like ごはん, やさいいため, てりやきハンバーグ, etc.

Month header row for weeks 12-18.

Main menu grid for weeks 12-18, including items like ごはん, ちくぜんに, さばのしおやき, etc.

Month header row for weeks 19-25.

Main menu grid for weeks 19-25, including special days like 敬老の日 and 秋分の日.

Month header row for weeks 26-30.

Main menu grid for weeks 26-30, including 防災の日 and disaster preparedness information.

☆9月1日は防災の日☆

いつ起こるかかわからない災害への備えはできていますか？

8月の切り干し大根のペペロンチーノ風に続き、1日には、かつらぎ町「健康レシピ」より

さばの水蒸き詰を使ったサバ缶カレーを給食用にアレンジして作ります。

大きな災害が起きた時の「食事」は、生きるために重要な役割を担います。

普段から、いざという時に限られた条件で簡単に調理を行うことができるように

災害時を想定して料理を作ってみたいかがでしょうか？

☆今月の町広報に、「切り干し大根のペペロンチーノ風」のレシピも掲載されています。☆