

9 月 献 立 表

			1(木)	2(金)
			期末考査②(給食1回)	期末考査③(給食1回)
			・ 鮭のチャンチャン焼き ・ こんにゃくとごぼうのピリ辛炒め煮 ・ 白飯 ・ 味噌汁	・ 炊き込みいかめし ・ 生揚げのそぼろ煮 ・ のっぺい汁 ・ 青りんごゼリー
5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)
期末考査④(給食1回)				道北地区生活体験発表会
・ ポークチャップ ・ ほうれん草のソテー ・ 白飯 ・ スープ	・ 親子うどん ・ ポテトサラダ ・ ごまだんご	・ はんぺんチーズフライ ・ ツナとブロッコリーのサラダ ・ 白飯 ・ スープ	・ ガパオライス ・ スープ ・ みかんゼリー	・ ポークカレー ・ ヤサイサラダ ・ コーヒーゼリー
12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)
			生徒会役員選挙	1日防災学校
・ 油淋鶏 ・ 春雨サラダ ・ 白飯 ・ スープ	・ 塩ラーメン ・ 青のりポテトフライ ・ フルーツヨーグルト	・ 厚揚げとキャベツの炒めもの ・ 里芋シチュー ・ 白飯 ・ ぶどうゼリー	・ しゅうまい ・ 五目ごはん ・ 味噌汁 ・ フルーチェ	・ 酢豚 ・ 小松菜と大根のサラダ ・ 白飯 ・ スープ
19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)
敬老の日				秋分の日
	・ トマトクリームスパゲッティ ・ ストロベリーバナバロア	・ ポトフ ・ たらのプロバンス風 ・ ツナサラダ ・ 白飯	・ キムチチャーハン ・ 秋なすのナムル ・ 白菜と肉団子のスープ	
26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)
・ 揚げ出し豆腐 ・ こんにゃくきんぴら ・ わかめごはん ・ 味噌汁	・ あんかけ焼きそば ・ フルーツゼリーあえ	・ さんま塩焼き ・ 大根のおかかあえ ・ さつまいもごはん ・ 味噌汁	・ チキンカレー ・ ブロッコリーのサラダ	・ 豚肉のかりん揚げ ・ ほうれん草のごまあえ ・ 白飯 ・ 味噌汁

★牛乳は毎日つきます

～9月9日 食べ物を大切に使う日～

一般社団法人ベターホーム協会が制定。本来食べられるのに捨てられている「食品ロス」。
飢餓に苦しむ国の人々の食糧援助量の2倍の食品を捨てている日本。 自分に出来ることは？
「食べ物(命)に感謝すること」「作り手に感謝すること」

～9月の旬～

- ・ 野菜：じゃがいも、さつまいも、きのこ類、れんこん、かぼちゃ、ごぼう、なすなど
- ・ 果物：りんご、なし、ぶどうなど
- ・ 魚：いわし、鮭、さんまなど

