

月	火	水	木	金	
1 ごはん にく 肉じゃが ひじき入り五目豆	2 うめ 梅と枝豆のさわやかごはん ホイコーロー ^{ごもく} 五目サラダ	3 しょく 食パン チョコクリーム くるまか 車麩のミートグラタン さつまいもサラダ ブロッコリー添え	4 ごはん ぶとにく 豚肉の利休揚げ あおな 青菜のごま和え こんさい 根菜のみぞ汁	5 ごはん さかな 魚のオリーブオイル焼き キャベツとあげの土佐和え ごじる	
8 ごはん とりにく 鶏肉のサルサ風 コーンのバター炒め オニオンスープ	9 ちゅうかどん 中華丼 もやしのさっぱり和え なし 梨	10 はいがしょく 胚芽食パン キャラメルクリーム ぶたにく 豚肉のスープカレー煮 ツナサラダ	11 ごはん さかな 魚のみそマヨネーズ風焼き プロッコリー添え とうめう 豆乳みぞ汁	12 ごはん ちじょあおーずー 青椒肉絲 ワンタンスープ	
15 けいろう ひ 敬老の日 	16 や 焼きうどん ごぼうサラダ ヨーグルト	17 しょく ミルク食パン ふうみや チキンのレモン風味焼き チョップドサラダ キャベツのスープ	18 ごはん まけ 鮭の塩焼き きりぼしだいこん 切干大根のごまサラダ あつあ 厚揚げごぼう汁	19 ごはん カラフルきんぴら かぼちゃのみぞ汁	
22 ごはん まーぼーどうふ 麻婆豆腐 ほんきんすー 拌三絲	23 しゅうぶん ひ 秋分の日 	24 ミルクロール ミートボールのトマト煮 フレンチサラダ 黒ごまプリン	25 ごはん とり 鶏の米粉から揚げ こまつな 小松菜のおかか和え じやがいものみぞ汁	26 ごはん さかな 魚のムニエル まめ 豆とひじきのサラダ やさい 野菜スープ	
29 ごはん うま塩チキン ブロッコリーとトマトのサラダ 小松菜としめじのスープ	30 さといも 里芋ときのこのごはん ぶたにく 豚肉と根菜の炒め物 お麸のみぞ汁	<p>☆きれいな手で給食を食べよう！☆</p> <p>みじたく 身支度や勉強など、どんな活動を するにも手は大切です。そのため 様々なものに触れた手にはホコリ や汗や目に見えない細菌などの汚れ がついています。食中毒や感染症に からないように石けんで手をキレイに してから給食を食べましょう。</p> <p>あらのに 洗い残しになりやすい指の間や指先 や親指を丁寧に洗うと良いです。</p>		<p>がっこう 2学期になりましたが、厳しい暑 さが続いています。夏バテで食欲が ないときの食べ方、学校がある時期 の朝食や間食の取り方など、気になる ことがありますれば事務室の栄養士のところに寄ってください。</p>	

* 毎日、牛乳ができます。

* 小学部の4~6年生(基準量: 650kcal)に対して中・高等部の

エネルギー量は約2割増し、小学部1~3年生は約3割減です。

* 材料などの都合でその日の献立が変更になる場合もあります。

その時はご了承ください。