



令和4年  
9月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。

食品群	体内でのはたらき
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	体の調子をととのえる

学校給食の栄養基準量		E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校	650	26.8	18

こ ん だ て	<p>《 今月のきゅうしよくもくひょう 》</p> <p>あとかたづけをきちんとしよう!</p>  <p>〜給食クイズ〜</p> <p>Q. 大豆いがいの豆からも、とうふをつくる事ができる! ○か×か?</p> 				1(木)	2(金)
	栄養価	E 668 P 25.0 F 20.3		E 611 P 28.2 F 18.4		
こ ん だ て	5(月)	6(火) くろまめの日	7(水)	8(木)	9(金) おつきみごんだて	
	E 607 P 20.5 F 25.6	E 527 P 23.2 F 14.2	E 572 P 25.8 F 13.9	E 502 P 19.4 F 13.3	E 606 P 26.2 F 18.3	
こ ん だ て	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	
	E 620 P 24.0 F 19.0	E 625 P 26.0 F 19.7	E 646 P 27.8 F 24.4	E 625 P 25.1 F 16.3	E 658 P 24.2 F 17.1	
こ ん だ て	19(月) けいろうの日	20(火)	21(水)	22(木)	23(金) しゅうぶんの日	
	E 604 P 22.4 F 24.9	E 620 P 28.0 F 18.5	E 590 P 23.0 F 17.3			
こ ん だ て	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	
	E 534 P 23.1 F 13.5	E 586 P 23.3 F 15.6	E 560 P 21.5 F 14.7	E 583 P 27.9 F 23.2	E 549 P 21.2 F 15.0	

※材料・天候によって献立を変更することがあります。

×: きのこのソレ

今月の行事食

♪トーカチ(9/2 金曜日)

旧暦8月8日に88歳の長寿をいわう行事です。トーカチにちなんで沖縄のお祝いメニューとなっています。

♪くろまめの日(9/6 火曜日)

9月6日はゴロ合わせでくろ・まめの日です。それにちなんで、北海道産の黒豆が出ます。黒豆にはたくさんの栄養素がバランスよくふくまれ、私たちの体に良い効果をはっきりします! のこさず食べてね!

♪十五夜(9/9 金曜日)

今年の十五夜は9日です。パンにパティと目玉焼きをはさんで、お月見バーガーにして食べて下さいね。

かわいいうさぎが入ったお月見ゼリーもお楽しみに♪



