



8月平均	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
小学生	618kcal	24.5g	20.3g	2.8g
中学生	753Kcal	28.7g	23.7g	3.5g

災害への備えについて

9月1日は、防災の日です。その日を含む8月30日から9月5日までは、防災週間と定められています。9月1日が防災の日となったのは、1923年9月1日に発生した関東大震災に由来します。この機会に、災害について考えたり、備えたりしましょう。

災害時の調理に使える日用品

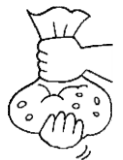
●使い捨てポリエチレン手袋

食材に直接触れずに調理ができます。



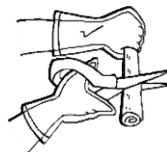
●耐熱性のポリ袋

ポリ袋の中で食材を混ぜたり、ごはんを炊いたりすることができます。



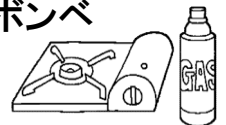
●キッチンばさみやピーラー

包丁のかわりに使えます。まな板を使わずに調理できるので衛生的です。



●カセットコンロ・カセットボンベ

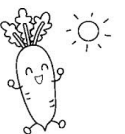
電気やガスが復旧するまでの熱源になります。



	月	火	水	木	金
	【25日】 牛乳 ごはん 肉だんご汁 いわしの生姜煮 変わりきんぴら	【26日】 牛乳 和風スパゲティ みかんゼリーあえ	【27日】 牛乳 枝豆ごはん みそ汁 鶏つくね焼き 大根のそぼろ煮	【28日】 牛乳 ごはん ワントンスープ シューマイ（ひとり2こ） 炒めナムル	【29日】 牛乳 コッペパン 白菜のクリームスープ プレーンオムレツ 鶏肉のカレー炒め
主食	ごはん	スパゲティ	ごはん 枝豆	ごはん	コッペパン
汁物	肉だんご 玉ねぎ 大根 小松菜		じゃがいも 油揚げ わかめ	ワントン ほうれん草 もやし	ベーコン マカロニ 白菜 人参 コーン
主菜	いわし	ベーコン 玉ねぎ 人参 えのき茸 しめじ	鶏肉 玉ねぎ 人参 ごぼう れんこん 鶏卵 大豆	鶏肉 玉ねぎ 小麦粉	鶏卵
副菜	人参 ごぼう 枝豆 さつま揚げ	みかんゼリー ナタデココ	豚肉 大豆 大根 玉ねぎ いんげん	豚肉 玉ねぎ 人参	鶏肉 玉ねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン

〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇 まくべつの旬の恵みやさい 〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇

8月の旬の野菜は大根です。8月に使用する大根は幕別町の藤原さんが愛情たっぷりに育てたものです！新鮮でみずみずしい大根を楽しみにしていきましょう♪



主食：穀類を中心にした献立 主菜：肉・魚・卵・豆のメインのおかず 副菜：野菜のおかずや果物、デザート 汁物：みそ汁やスープなどの献立 飲み物：牛乳やオレンジジュースなど

※材料の都合で、献立の一部を変更する場合があります。

※献立に含まれるアレルギーの詳細については、学校より配布される「アレルギーを使用した献立について」をご確認ください。必要な場合は学校にお問い合わせください。