

きゆうしよく  
給食だより

平成29年9月号  
高岡市立西条小学校

9月のメニュー

※毎回、牛乳が付きます。

※都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

みなさん楽しい夏休みを過ごすことができましたか？まだまだ暑い日が続いています。体調を崩さないように生活リズムを整え、元気に学校生活をスタートさせましょう。

～9月1日は「防災の日」～

9月1日は地震や大雨・津波などの災害について学び、災害に備えて準備をする「防災の日」です。8月31日の給食は、災害が起こった時の食事について体験し、考える「防災の日」献立となっています。

水や火が使えなくなったことを想定し、調理をせず、食器も使わずに食べられる献立になっています。児童には、防災についてのランチマットも配布しました。この機会に是非ご家庭でも「防災」について話をしてみてください。

・救給カレー

救給カレーは、災害が起きた時でも『子供たちに栄養バランスのとれたものを食べてほしい』という思いで作られました。「いのちをつなぐカレー」、「給食を救うカレー」という意味で“救給カレー”と名付けられました。

じゃがいもや人参、コーン、しめじなど様々な食品が使われており、温めなくてもおいしく食べることができます。パックにはご飯とカレーと一緒に入っており、パックを立ててスプーンで食べることができるので、お皿に移す必要がなく、後片付けも簡単です。



「防災の日献立」の給食



防災についてのランチマット

		※栄養価は小学校 中学年のものです。  基準値 エネルギー 640Kcal	31日(木) 640kcal <b>防災の日献立</b> 救給カレー 果実ヨーグルト アーモンド小魚 オレンジジュース	1日(金) 582kcal ごはん 豚肉のジャンロー 三色ナムル かきたま汁 梨
4日(月) 665kcal ごはん 春巻き パンサンスー マーボー豆腐	5日(火) 708kcal <b>高岡コロッケ献立</b> コッペパン なっばコロッケ カラフルあえ ビーンズチャウダー	6日(水) 641kcal ごはん いわしの蒲焼き 水菜のおひたし もずくのおつゆ 冷凍パイ	7日(木) 628kcal 食パン オムレツ ひじきサラダ マカロニのトマトスープ いちごジャム	8日(金) 636kcal ごはん 鯖のホイル焼き 中華風大豆のうま煮 きのこ汁 ぶどうゼリー
11日(月) 707kcal カレーライス えびフリッター きゅうりと もやし胡麻あえ	12日(火) 574kcal コッペパン タンドリーチキン ごぼうサラダ フルーツポンチ	13日(水) 685kcal <b>郷土食献立</b> ごはん ふくらぎの甘みそかけ ほうれん草のあえもの いなりうどん	14日(木) 619kcal ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 青菜と 切り干し大根の浸し 豚汁 冷凍みかん	15日(金) 573kcal <b>高岡食19并献立</b> 戸出玉ねぎの スタミナ丼 塩もみ じゃがいもと ワカメの味噌汁 果実ヨーグルト
18日(月) <b>敬老の日</b> 	19日(火) 592kcal 2/3 コッペパン 肉シューマイ 野菜サラダ 焼きそば ピーチシャーベット	20日(水) 610kcal ごはん げんげのから揚げ 青菜のゆばあえ 野菜の旨煮	21日(木) 594kcal 米粉入りパン 干草焼き フルーツ ヨーグルトあえ ワンタンスープ	22日(金) 682Kcal ごはん ひよこ豆の揚げがらめ キャベツと きゅうりの昆布づけ かぼちゃのみそ汁 巨峰
25日(月) 651kcal ごはん いかの アーモンドがらめ 海藻サラダ みそけんちん汁	26日(火) 580kcal コッペパン ハンバーグ ポイル野菜 ポテトスープ 国吉りんご	27日(水) 627kcal ごはん ししゃものフリッター 変わり漬け 八宝菜	28日(木) 659kcal ごはん さんまの塩焼き ほうれん草と 椎茸のお浸し 肉じゃが	29日(金) 631kcal 秋の香りごはん 若鶏肉の香味焼き 小松菜のごまあえ 手まり麩の清汁 豆乳プリン