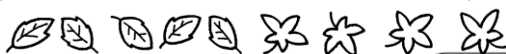




日	こんだてめい	あか 赤	みどり 緑	き 黄	ちようみりよう た 調味料・その他
エネルギー (kcal)					
たんぱく質 (g)					
カルシウム (mg)					
3 (金)					
6 (月)					
7 (火)					
8 (水)					
9 (木)					
10 (金)	がつみっか がつ か きゅうしよくていきょう ちゆうし 9月3日～9月24日まで給食提供を中止しました。				
13 (月)					
14 (火)					
15 (水)					
16 (木)					
17 (金)					
21 (火)					
22 (水)					
24 (金)					
27 (月)	ぎゆうにゆう 426kcal 14.4g 252mg スパゲティナポリタン じゃがいもとコーンのソテー	ぎゆうにゆう ベーコン	にんにく たまねぎ にんじん トマトみずに ピーマン とうもろこし パセリ	スパゲティ オリーブオイル じゃがいも バター	しお トマトケチャップ こしょう しお こしょう
28 (火)	げんりょうわかめごはん ぎゆうにゆう 616kcal 20.4g 303mg すずかのおちやうどん やさいかきあげ	ぎゆうにゆう とりにく あぶらあげ かまぼこ	にんじん しめじ こまつな ねぎ たまねぎ にんじん ごぼう	◎わかめごはん ◎おちやうどん さつまいも こむぎこ あぶら	(けずりぶし) さけ しょうゆ みりん しお
29 (水)	ごはん ぎゆうにゆう 617kcal 23.4g 332mg ちくわのりよくちやあげ キャベツのうめあえ ごもくまめ	ぎゆうにゆう ちくわ かつおぶし こんぶ ◎だいず あぶらあげ	いせちや キャベツ ごぼう にんじん	◎ごはん こむぎこ あぶら (こんにやく) さとう	しお しょうゆ ねりうめ (けずりぶし) さけ みりん しょうゆ
30 (木)	ごはん ぎゆうにゆう 630kcal 22.5g 272mg ホキのからめあえ いろいろやさしいため ぶどうゼリー	ぎゆうにゆう ホキ	にんじん たまねぎ しいたけ キャベツ ヤングコーン もやし	◎ごはん でんぶん あぶら さとう あぶら でんぶん	トマトケチャップ ウスターソース しょうゆ オイスターソース ちゅうかスープのもと しお こしょう

牛乳は三重県産です。 お米は鈴鹿市産コシヒカリです。



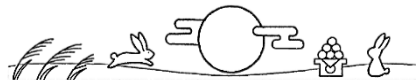
～9月1日は防災の日～

日本では、地震、津波、豪雨、台風等の災害が多発しています。これらの災害はいつ起こるかわかりません。家庭でも食料・飲料などの備蓄は十分にあるか確認したり、災害時の連絡の取り方などを話し合ひましょう。



～9月21日は十五夜～

十五夜は、別名『いも名月』といわれています。この時期はいもの収穫期で、月見だんごが登場する以前はさといもやさつまいもをお供えするところが多かった事などが、名前の由来だそうです。秋の収穫に感謝し、日本の文化と秋の味覚を感じましょう。



鈴鹿市産使用予定の食材に◎をつけます。

ごはん以外に◎があるときは、献立名の欄にでお知らせします。



9月の給食目標

食べ物の働きについて考えよう!

※都合により、食材や献立が変更になる場合があります。