

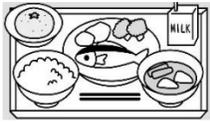


こんだてひょう

令和6年度
長崎県立虹の原特別支援学校

給食の目標

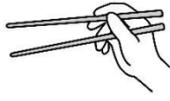
食事のマナーを身に付けよう



配膳の仕方



食器の持ち方



はしの持ち方・扱い方

9月 のおすすめ!旬の食べ物



なす



かぼちゃ



さつまいも



さといも



きのこ



くり



なし



りんご



いわし



さんま



さけ

月	火	水	木	金
<p>2</p> <p>2学期スタート!!</p> <p>始業式</p>	<p>3</p> <p>すりおろしりんごゼリー いんげんのサラダ</p> <p>なつやさいカレーライス</p> <p>二学期はカレーライスでスタート♪夏野菜のかぼちゃには、紫外線やビタミンCから体を守る働きがあります。</p>	<p>4</p> <p>ハンバーグ</p> <p>やさしいため</p> <p>ごはん かぼちゃのみそ汁</p> <p>夏野菜のかぼちゃには、紫外線やビタミンCから体を守る働きがあります。</p>	<p>5</p> <p>ごまネズあえ いわしのみぞれに</p> <p>バナナ</p> <p>むぎごはん かきたまじる</p> <p>いわしの旬は5~10月ごろです。カルシウムが豊富で強い骨を作ります!</p>	<p>6</p> <p>ささみのポテトフライ</p> <p>ほうれんそうソテー</p> <p>まるパン ミネストローネ</p> <p>ミネストローネはイタリアの野菜スープ。日本のみそ汁のように具も様々です。</p>
<p>9</p> <p>★重陽の節句★</p> <p>さけのオイルやき</p> <p>なし</p> <p>くりごはん けんちんじる</p> <p>9月9日は「重陽の節句」。家族の健康を願い栗ごはんを食べる風習があります。</p>	<p>10</p> <p>にんじん きんぴら とりのからあげ</p> <p>ごはん なめこのみそ汁</p> <p>今日の主菜はみんな大好き・唐揚げ♪2時間かけて約1200個揚げます!</p>	<p>11</p> <p>すのもの さばのみそに</p> <p>ごはん とりやさいじる</p> <p>すには疲れをとる働きがあります。夏ばての予防や回復におすすめです。</p>	<p>12</p> <p>さつまポテト</p> <p>ミトソスパゲティ とうがんスープ</p> <p>とうがんなどの夏野菜は体を冷やしてくれます。暑い日にぴったりです。</p>	<p>13</p> <p>はっぼうさい</p> <p>オレンジ</p> <p>ごはん ピーフンスープ</p> <p>ハッぼうさいは中華料理で「たくさん」の意味。ごはんに乗せると中華丼♪</p>
<p>16</p> <p>敬老の日</p>	<p>17</p> <p>十五夜</p> <p>さといもコロック</p> <p>きんぴら ごぼう</p> <p>ごはん つくねじる</p> <p>十五夜には、秋の収穫に感謝して里芋をお供えする習わしがあります。</p>	<p>18</p> <p>チキングラタン</p> <p>バナナ</p> <p>パインパン やさいスープ</p> <p>グラタンは、小麦粉・牛乳・バターでつくりますよ!</p>	<p>19</p> <p>おろしあえ さばのてりやき</p> <p>ごはん さわにわん</p> <p>さわにわんは豚肉と干切り野菜で作る汁物のこと。沢は「沢山」が由来です。</p>	<p>20</p> <p>★秋分の日★</p> <p>おはぎ</p> <p>なす みそ そぼろどん あつあげと やさいのスープ</p> <p>9月22日は秋分の日。邪気払いとして「おはぎ」を食べる風習があります。</p>
<p>23</p> <p>秋分の日 振替休日</p>	<p>24</p> <p>たらとこのバターしょうゆ</p> <p>りんご</p> <p>ごはん さつまじる</p> <p>さつま汁は鹿児島県の郷土料理。とり肉入りの具たくさんみそ汁です。</p>	<p>25</p> <p>ヨーグルト はるまき</p> <p>きつねうどん</p> <p>うどんのつゆは昆布と鰹の一番だしで作ります!味わってみましょう。</p>	<p>26</p> <p>まつがぜやき</p> <p>しおこんぶ いため</p> <p>むぎごはん やさいつみれじる</p> <p>まつがぜやき松風 焼きはけしの実を散らした料理。給食では「ごま」で代用しています。</p>	<p>27</p> <p>れんこんサラダ</p> <p>オレンジ</p> <p>ハヤシライス</p> <p>秋~冬はれんこんがおいしくなる季節!ビタミン・食物繊維・ミネラルが豊富!</p>
<p>30</p> <p>とりチリ</p> <p>ナムル</p> <p>ごはん ちゅうかスープ</p> <p>とりチリはえびチリのとり肉にケチャップで甘辛く仕上げています。</p>	<p>★献立確認URL・ご利用ください★</p> <p>右のQRコードを、お手持ちのスマートフォンのQRコードリーダーを使って読み取ると・・・ 毎日の献立・使用食材・分量・アレルギー情報を見ることができます。 気になった献立のレシピを、ご家庭の食事づくりに役立てていただけます◎是非、お試しください。 ※学校IDを求められる画面になったときは、「42-76500」と入力してください。</p> <p>※マヨネーズ・食肉加工品・魚肉練り製品は卵不使用のものを使用しています。</p>			



★今月の給食回数★
全18回

(児童生徒の
実質負担額
1食285円です)