

月	火	水	木	金
まだまだ暑い日が続いていますが、暑さに負けず元気に過ごせていますか？ これからの季節は里芋やれんこん、きのこ類、梨や柿など多くの食材が旬の時期を迎えます。これらも組み合わせ、食事をしっかりと、元気に学校生活を再開しましょう！ 		8月31日 わかめごはん ホイコーロー 五目サラダ	1 ごはん ふりかけ 麻婆豆腐 パンサンスー	2 ごはん 白身魚の照り焼き キャベツの土佐和え ごじる
5 ごはん 豚肉のしょうが焼き けんちん汁 ヨーグルト	6 そうりつ きねん び 創立記念日 	7 はいがしよく 胚芽食パン クリームシチュー かぼちゃサラダ 	8 ごはん 鶏のから揚げ 小松菜のおひたし じゃがいものみそ汁	9 ごはん 豚肉と根菜の炒め物 里芋の煮物 お月見うさぎゼリー 
12 ごはん 肉じゃが 卵入りコーンスープ	13 カレーうどん ブロッコリーとささみのサラダ 梨 	14 ミルク食パン ラザニア風 ブロッコリー添え チョップドサラダ	15 ごはん 鮭の塩焼き 切り干し大根のごま和え 厚揚げごぼう汁	16 ごはん 豚肉きんぴらごぼう 小松菜のみそ汁 グレープゼリー
19 けいろう ひ 敬老の日 	20 めし とり飯 メンチカツ ブロッコリー添え 青菜と大根のみそ汁	21 ごはん 豚肉の利休揚げ 小松菜のおひたし 根菜のみそ汁	22 コッペパン チョコクリーム ミートボールのトマト煮 ブロッコリーごまサラダ	23 しゅうぶん ひ 秋分の日 
26 ごはん 青椒肉絲 春雨スープ	27 きのこピラフ風 大豆とブロッコリーのサラダ ももゼリー 	28 ミルクロール ジャム 豚肉のカレースープ煮 マカロニサラダ	29 ごはん 魚のみそマヨネーズ焼き風 ブロッコリー添え 豆乳汁	30 ごはん 鶏肉のレモン風味焼き 海藻サラダ キャベツのスープ 

- * 毎日、牛乳がつけます。
- * 中・高等部のエネルギー量は、小学部の中学年(基準量:600kcal)の約3割増しです。
- * 材料などの都合でその日の献立が変更になる場合もあります。その時はご了承ください。



【日本の年中行事～中秋の名月～】

旧暦の8月15日に見られる月で、1年の中でもっとも月が美しく見える日とされています。月が美しいこの秋の頃は「秋の美りや収穫を祝う」時期でもあります。それらが合わさり、中秋の名月には収穫された米で作った月見団子や収穫された旬の野菜・果物・里芋などを供え、収穫を感謝するとともに月の美しさを楽しむ行事として広がっていきました。

