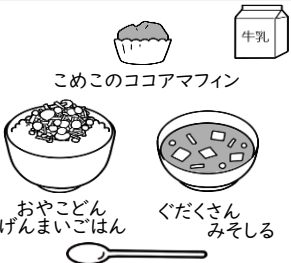
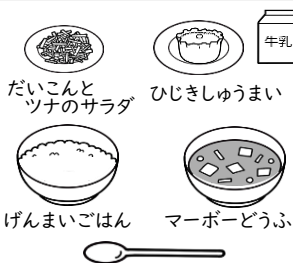
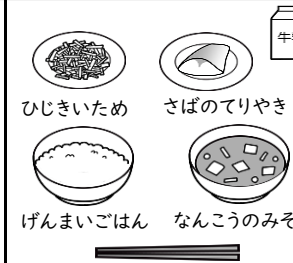
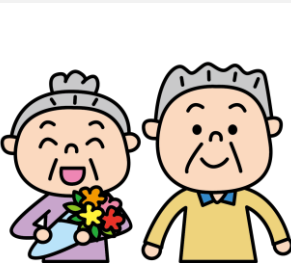
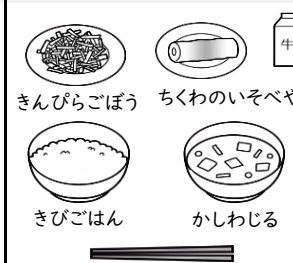
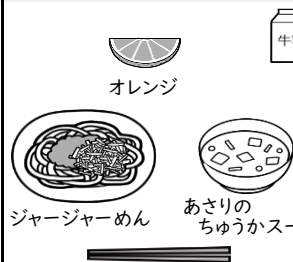
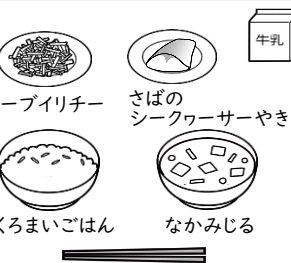
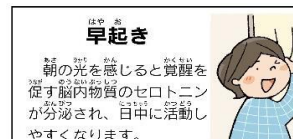


9月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。
家庭・学級においても毎日確認してください。
※児童生徒の給食費(小学校5600円、中学校6000円)は市が負担しています。

食品群	体内でのほたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

学校給食の 栄養基準量		C=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校 中学校	650 830	32.5 41.5	21.7 27.6

こ ん だ て	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)
					
	あかきみどり	あかきみどり	あかきみどり	あかきみどり	あかきみどり
	小学校 中学校	小学校 中学校	小学校 中学校	小学校 中学校	小学校 中学校
こ ん だ て	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)
					
	あかきみどり	あかきみどり	あかきみどり	あかきみどり	あかきみどり
	小学校 中学校	小学校 中学校	小学校 中学校	小学校 中学校	小学校 中学校
こ ん だ て	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)
					
	あかきみどり	あかきみどり	あかきみどり	あかきみどり	あかきみどり
	小学校 中学校	小学校 中学校	小学校 中学校	小学校 中学校	小学校 中学校
こ ん だ て	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)
					
	あかきみどり	あかきみどり	あかきみどり	あかきみどり	あかきみどり
	小学校 中学校	小学校 中学校	小学校 中学校	小学校 中学校	小学校 中学校
こ ん だ て	29(月)	30(火)	夏休みも終わり、学校生活が再開します。毎日元気にすごすには、早起き、早寝をして、3食をしっかり食べて、生活リズムをととのえることが大切です。夏休み明けの今、生活習慣を見直して、規則正しい生活リズムを心がけましょう。		
					
	あかきみどり	あかきみどり	生活リズムをととのえる 早起き・早寝・朝ごはん		
	小学校 中学校	小学校 中学校			