

令和7年

9月 の予定献立表

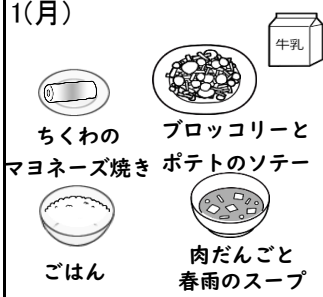
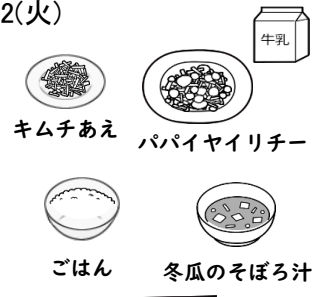
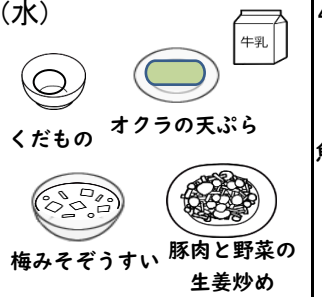
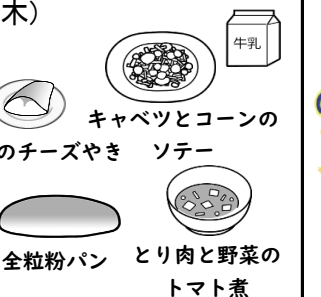
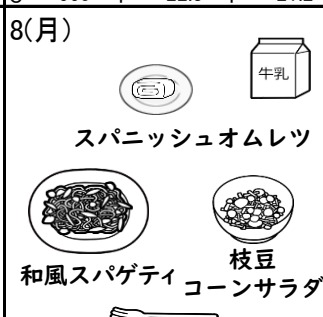
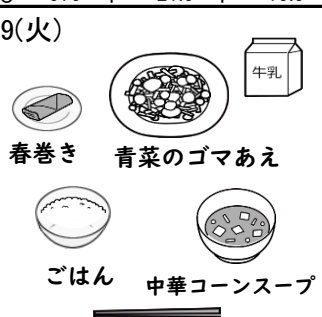
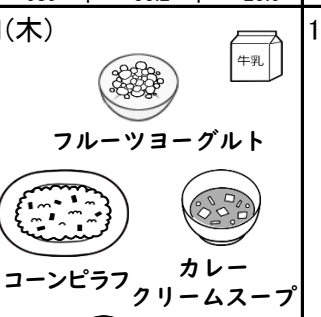
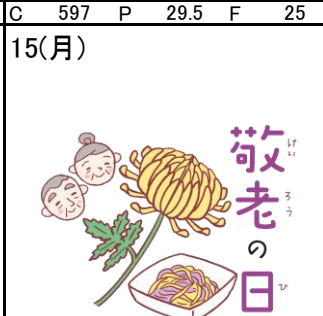
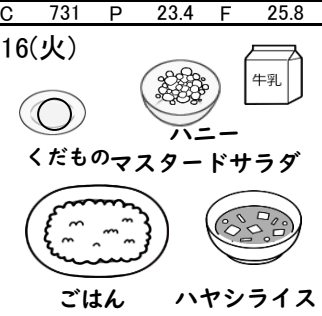
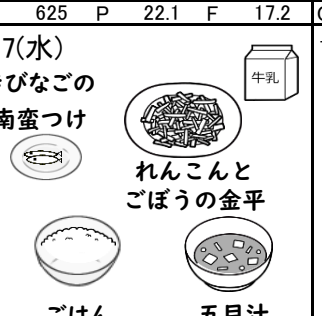
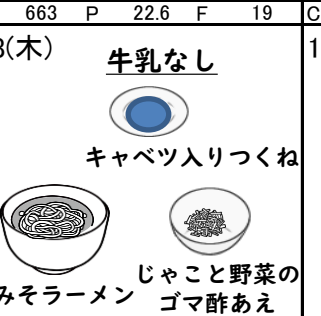
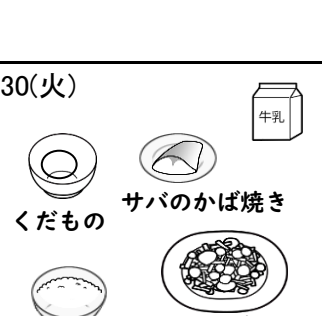
※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。



北中城村学校給食共同調理場

TEL：098-935-3545

FAX：098-935-3546

こ ん だ て	1(月)		2(火)		3(水)		4(木)			
	小学校	C 536 P 17.6 F 18.7	C 482 P 18.9 F 14.3	C 408 P 22.1 F 14.4	C 599 P 28.6 F 22.7					
	中学校	C 660 P 22.3 F 21.2	C 576 P 21.6 F 15.6	C 459 P 25.4 F 15.6	C 689 P 33.2 F 25.6					
こ ん だ て	8(月)		9(火)		10(水)		11(木)		12(金)	
	小学校	C 520 P 25.9 F 22.4	C 591 P 19.8 F 21.6	C 555 P 19.9 F 15.7	C 580 P 20.2 F 17.2					
	中学校	C 597 P 29.5 F 25	C 731 P 23.4 F 25.8	C 625 P 22.1 F 17.2	C 663 P 22.6 F 19					
こ ん だ て	15(月)		16(火)		17(水)		18(木)		19(金)	
	小学校		C 562 P 18.1 F 17.5	C 502 P 22.6 F 12.9	C 408 P 21.3 F 11.4					
	中学校		C 677 P 20.8 F 19.5	C 602 P 26.1 F 13.8	C 522 P 26.4 F 14.1					
こ ん だ て	22(月)		23(火)		24(水)		25(木)		26(金)	
	小学校	C 521 P 18 F 13.2		C 498 P 17.8 F 14	C 614 P 25.5 F 21.3					
	中学校	C 622 P 20.8 F 14.2		C 570 P 19.8 F 15.2	C 698 P 29 F 23.9					
こ ん だ て	29(月)		30(火)		さいがい 災害に備えて がついたち ぼうさい ひ さいがい お 9月1日は「防災の日」です。災害はいつ起こるかわかりません。学校でも てい きて き ぼうさいくんれん じっし いま か てい つか しよくひん せいかつひん 定期的に防災訓練を実施しています。今、家庭で使う食料品や生活必需品を ひ ころ すこ おお そな か た 日頃から少し多めに備えて、なくなったら買い足していく「ローリングストック 法」などを実践しながら、災害時に役立てていこうとする「日常備蓄」の考え方 ぼう じっせん さいがい じ やく だ にちじよう ひちく かんが かつ が広く提唱されています。ただし、食料品については賞味期限などもよく確かめ、 ひろ ていしよく しよくひん たし むだなく回転させていきましょう。					
	小学校	C 521 P 22.1 F 16.4	C 683 P 34.2 F 28.2							
	中学校	C 623 P 25.6 F 18.3	C 644 P 22.7 F 18.2							

お役立ち 備蓄食品一口メモ(一例)



生命維持に必要な水分量は年齢や体重によって変わりますが、1日1人3リットルが目分量となります。



野菜不足を解消。ビタミンや無機質(ミネラル)がとれます。冷凍保存すると保冷剤代わりに使えます。



初期の支援物資は炭水化物系が中心になってしまいがち。常温保存のできるかまぼこやチーズなど高たんぱく食品が役立ちます。



米菓子や、ひと口ようかんは誰にでも好まれ、個別包装がおすすめです。乾燥野菜や果物のチップスなども気分転換になります。