

9月 給食だより



香美町立村岡学校給食センター
TEL：99-5050

月	火	水	木	金
7 ごはん 牛乳 イカゲソお好み焼き フルーツミックス 鶏だんごのみそ汁 野菜ふりかけ	8 おきなわ 郷土料理（沖縄） 麦ごはん 牛乳 かぼちゃサンドフライ ゴーヤチャンプルー キャベツの呉汁	9 ごはん 牛乳 なすのミートグラタン にんじんのツナあえ もずくの冷やしスープ	10 ごはん 牛乳 サワラのカレーピカタ ピーマンのアーモンドあえ 肉じゃが煮	11 しょうだい いちゅう 小代中リクエスト献立 こんだて わかめ麦ごはん 牛乳 みそチキンカツ ポテトサラダ ABCスープ ぶどう
14 ピザトースト 牛乳 イカリングフライ グリーンサラダ ズッキーニのみそ汁	15 麦ごはん 牛乳 サバのみそ煮 そうめんかぼちゃの酢のもの 野菜たっぷりコンスープ	16 枝豆コーンごはん 牛乳 とり天 ゆで野菜ごまドレ 冷やしそうめん汁	17 ととのひ① ごはん 牛乳 アジの香草パン粉焼き きんぴらピーマン 夏大根のチゲ煮	18 麦ごはん 牛乳 夏野菜ポークカレー きゅうりのピリカラ 香住産 二十世紀梨 ゆで卵
21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24 麦ごはん 牛乳 ぎょうざの酢じょう油 ヨーグルトバナナ 厚揚げの中華煮	25 つきみ こんだて お月見献立 お月見 献立 さつまいもごはん 牛乳 魚の満月焼き はりはりづけ きのこ汁 お月見だんご
28 かみかみデー ごはん 牛乳 とれ肉と豆の揚げ煮 五目なます 白菜のミルクスープ ♡ハッピーマンデー♡	29 ごはん ジョア 鮭の塩レモン焼き ひじきのごまマヨ 冬瓜の和風カレー煮	30 麦ごはん 牛乳 ぎせい豆腐 炒めビーフン さつま汁	1 ととのひ② ごはん 牛乳 ヤマガレイのから揚げ 糸昆布の酢のもの 豚肉と根菜の煮物	2 ガパオライス丼 （麦ごはん） 牛乳 カップエッグ わかめスープ 早生みかん

敬老の日、食生活を見直してみませんか？

敬老の日は、健康にいい昔ながらの食事のよさを見直し、また家族や地域の人との交流を深めるよい機会となります。日頃の食事や食生活をもう一度見直してみましょう。



ごはんを中心とし、野菜や魚、大豆製品をたくさんとる日本型の食事のよさを見直そう！



家族の団らんや世代の違う人との交流を通して、心を豊かにし、社会性やマナーを身に付けよう！



地域の伝統料理や特産物を知り、地域でとれた旬の新鮮な野菜や魚をたくさん食べよう！

（材料の都合で献立を変更することがあります）

あき 秋を楽しむ

たのしみ

つき み

お月見の行事

ぎょう じ

暑さが少し和らぎ、秋の気配を感じるようになってきました。
秋は、一年のうちでも最も月がきれいに見える季節とされます。
2026年の十五夜は9月25日
給食でも、9月25日（金）にお月見献立を実施します。食べ物からも季節を感じてみませんか。