



	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	1人1日 たんぱく質	
25 金	カレーライス		ズッキーニのサラダ 梨	牛乳 豚肉 あさりむきみ(冷凍) レンズまめ(乾) ツナ油漬	精白米 米粒麦 油 ジャがい も パター 小麦粉 さとう	にんにく しょうが たまねぎ セロ リ にんじん トマト缶 キャベツ ホールコーン スズキニ なし	911 kcal 30.6 g	
28 月	麦ごはん		ミートコロッケ 野菜のガーリックソテー わかめスープ	牛乳 豚肉 大豆(乾) ベーコン 乾燥わかめ 生揚げ	精白米 米粒麦 油 さとう ポテトフレーク ジャがいも パン粉(乾) 小麦粉 油 ご ま油	にんじん たまねぎ にんにく ごま つな キャベツ しょうが 長ねぎ	895 kcal 29.1 g	
29 火	焼きうどん		のっぺい汁 水ようかん	牛乳 豚肉 鶏肉 生揚げ 粉寒 天 こしあん	冷凍うどん 油 ごま油 こんに ゃく ジャがいも ちくわぶ 片栗粉 さとう	にんじん たまねぎ えのきたけ キャベツ もやし ビーマン 干し しいたけ だいこん 長ねぎ こまつな	740 kcal 36.3 g	
30 水	*器から学ぶ日本の食文化* ごはん		鮭のごまみそ焼き 五目きんぴら すまし汁 たくあん炒り煮	牛乳 粉かつお 鮭 赤みそ 焼 き竹輪 豆腐 生わかめ	精白米 油 ごま油 白ごま さとう 白すりごま つきこん にゃく	たくあん漬 しょうが ごぼう にん じん れんこん さやいんげん えの きたけ たまねぎ みつば	751 kcal 36.1 g	
31 木	チキンピラフ		ツナのチーズローフ トマトスープ	牛乳 鶏肉 ツナ油漬 大豆(乾) 卵 チーズ ベーコン	油 精白米 米粒麦 パン粉 ジャがいも シェルマカロニ	にんにく 赤ビーマン にんじん た まねぎ セロリ トマト缶 キャベツ	847 kcal 37.0 g	
							8月分 一日あたりの平均	825 kcal 34.4 g
							1人1回あたりの学校給食摂取基準	830 kcal 33.0 g

◎ 緊急事態、天候等の都合により、献立・食材の変更、給食回数が少なくなることがあります。

◎ こまつなは東京都産使用予定です。(地産池消)



線でつなごう! 夏の食べものの漢字 & 英語クイズ

夏に美味しい食べもののカードが並んでいます。  
漢字と英語のカードをそれぞれ線でつないでみましょう。

	西瓜	•		•	きゅうり	•	watermelon
	桃	•		•	かぼちゃ	•	squash
	穴子	•		•	すいか	•	octopus
	胡瓜	•		•	もも	•	cucumber
	蛸	•		•	アナゴ	•	conger eel
	南瓜	•		•	タコ	•	peach



8・9月の給食から

**8月25日**：2学期の給食はカレーライスからスタートします。

**9月4日** <防災の日> 災害時の炊き出しをイメージし、日持ちする乾物や根菜を中心に使います。

**8日** <重陽の節句> 重陽の節句(9/9)には、菊の花を飾って健康を願う習慣があります。ごはんの彩りに食用菊を使います。

**15日** <敬老の日> 「まごわやさしい」の食材が全部入ったバランスのよい献立です。

ま(まめ) ご(ごま) わ(わかめ・かいそう) や(野菜) さ(魚) し(しいたけ・きのこ) い(いも)

**29日** <十五夜> 今年の中秋の名月は9/29です。かぼちゃを使って黄色いまん丸な月に見立てたお月見団子を作ります。



英語でpumpkin(パンプキン)という  
と、主にハロウィンのかぼちゃ  
のことなんだよ

こたえ

西瓜—すいか—watermelon 桃—もも—peach 穴子—アナゴ—conger eel  
胡瓜—きゅうり—cucumber 蛸—たこ—octopus 南瓜—かぼちゃ—squash

