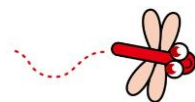




はいぜんひょう



令和8年8・9月

菊池市泗水学校給食センター

月	火	水	木	金
生活リズム を整えよう！ *夜は早めに寝る *朝起きた時に、日光を浴びる *朝ごはんをよくかんで食べる 前後後半が始まります。体調を整え、元気に過ごしましょう。	25 コーンサラダ ウインナー チキンピーズパン 	26 はるさめのあえもの むぎごはん マーボー豆腐 	27 くきわかめのサラダ ムース ナン なつやさい キーマカレー 	28 きんぴら さかなのてんたまあげ むぎごはん かきたまじる
31 じゃことナッツのあえもの わかめごはん ぶたにくじゃが 	1 ストックサラダ ミルクパン ジャーチャーめん 	2 しそこんぶあえ さばカレーじょうゆやき むぎごはん あつあげのみそしる 	3 チリピーズに フルーツポンチ コッパン やさいスープ 	4 あじめぐり(愛知県) キャベツのサラダ みそカツ むぎごはん とうがんのたまごスープ
7 そくせきづけ いわしうめみそに むぎごはん なつのっぺいじる 	8 きくちさんデー(なし) にんじんしゅうまい 中：2こ なし こめこパン やきそば 	9 きっかあえ むぎごはん ジャーチャン豆腐 	10 かみかみサラダ もちむぎごはん ポークハヤシ 	11 きびなごカリカリフライ 小：3び 中：4び ナムル キムチごはん トック
14 ちゅうかあえ おかかふりかけ むぎごはん じゃがいものカレーそばに 	15 コールスローサラダ ほうれんそうオムレツ ミルクパン ミネストローネ 	16 ごますあえ さかなのこうみソース むぎごはん ぶたじる 	17 ふるさとくまさんデー(くまもとの味) だいのサラダ ばんかんゼリー トマトパン タイピーエン 	18 ぶたにくと やさいのしょうがやき うめじゃこごはん ワンタンスープ
21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24 ひじきあえ さんまのかんろに おつきみゼリー むぎごはん さつまじる 	25 十五夜(じゅうごや) ゆかりあえ うまかコロッケ むぎごはん しらたまじる
28 ごまネーズサラダ ミニゼリー むぎごはん とんとじどんぶり 	29 かいそうサラダ マーシャルピンズ ミートボールとしょうパン まめのシチュー 	30 さかなとレバーの カレーふうみ あじつけのり 麦ごはん はるさめスープ 	9月1日は、防災の日 普段よく食べているものを多めに買い置きし、食べたら買い足す「ローリングストック」で無理なく備えましょう。 水は必需品！ 1人1日3Lが目安です。 ローリングストック 備える 買い足す 食べる	