

月	火	水	木	金
十五夜	1日	2日	3日	4日
十五夜は、旧暦の8月15日、 またはその夜に見える月を指し ます。団子やお供え物をして 『お月見』をするという風習 があります。給食では、夜空 に出てきた満月をイメージして 作ったお月見ゼリーを提供します。 ↓【お月見ゼリー】 (ぷどうゼリーにあんずを浮かせたもの)	始業式	牛乳 カレーライス コールスローサラダ くだもの エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 713kcal 21.9g	牛乳 ごはん 魚のおろしがけ さつまいものきんぴら みそ汁 エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 663kcal 29.4g	牛乳 ごはん 麻婆豆腐 中華スープ 春雨サラダ エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 716kcal 29.5g
7日	8日	9日	10日	11日
牛乳 ごはん さばの辛味焼き バランスサラダ みそ汁 エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 647kcal 30.9g	牛乳 きな粉揚げパン ポトフ 小松菜サラダ エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 676kcal 29.7g	牛乳 菊花ごはん 干草焼き 肉じゃが煮 沢煮椀 重陽の節句 エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 644kcal 27.6g	牛乳 ごはん 魚の葱味噌焼き ささみと野菜の胡麻酢和え けんちん汁 エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 623kcal 31.0g	牛乳 スパゲッティペスカトーレ ビーンズサラダ くだもの エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 669kcal 32.9g
14日	15日	16日	17日	18日
牛乳 ごはん モチコチキン すりごま和え みそ汁 フルーツポンチ エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 742kcal 34.3g	牛乳 チャーハン 胡麻だれサラダ 春雨スープ 杏仁豆腐 エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 701kcal 28.6g	牛乳 ごはん 魚のマスタード焼き ツナとわかめのサラダ トマトとレタスのスープ エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 654kcal 29.1g	牛乳 ごはん 肉豆腐 みそ汁 抹茶豆乳ゼリー エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 686kcal 35.0g	牛乳 ツナコーントースト 海藻サラダ 麦入り野菜スープ エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 641kcal 22.0g
21日	22日	23日	24日	25日
敬老の日	国民の休日	秋分の日	牛乳 ごはん 中華風肉野菜炒め 大根スープ 桃のヨーグルト エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 632kcal 27.1g	牛乳 さつまいもごはん 鱈の西京焼き おかか和え 赤だしのみそ汁 お月見ゼリー 十五夜 エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 649kcal 30.9g
28日	29日	30日	重陽の節句	
牛乳 ごはん 鶏肉の照り焼き しらす和え 豚汁 くだもの エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 638kcal 36.5g	牛乳 塩ラーメン 海藻とささみのサラダ りんごケーキ エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 709kcal 28.7g	牛乳 ごはん あじの南蛮漬け 野菜としらすの和え物 みそ汁 エネルギー（kcal）たんぱくしつ（g） 654kcal 31.4g	9月9日は「五節句」のひとつである「重陽の節句」です。「五節句」とは1月7日「人日の節句」3月3日「上巳の節句」5月5日「端午の節句」7月7日「七夕の節句」9月9日「重陽の節句」のことをいいます。五節句はもともと中国で生まれた曆で貴族の間で行われていた行事が江戸時代になり庶民へと伝わりました。重陽の節句では菊の花を浮かべたお酒を飲み長寿を願います。9日の給食では菊の花を使った菊花ごはんを提供します。	

※天候等の理由により、使用食材や献立を変更することがあります。

※参考文献・引用・イラスト：

雑誌【食育フォーラム 2025年9月号】

◎エネルギーとたんぱく質は中学部、高等部の値です。小学部低学年（1・2・3年）は70%、高学年（4・5・6年）は85%です。