



令和6年度8・9月 小学校献立カレンダー



<p>2学期の基準は西館です。東館は日付順に並んでおりません。ご注意ください。</p>  		西:8月30日(金)、東:9月2日(月)		
		 <p>白飯 牛乳 えびシューマイ 麻婆豆腐 ナムル (中華)</p>		
西:2日(月)、東:3日(火)	西:3日(火)、東:4日(水)	西:4日(水)、東:5日(木)	西:5日(木)、東:6日(金)	西:6日(金)、東:8月30日(金)
				
白飯 牛乳 かみかみハンバーグ 生揚げのみそ汁 ひじきの煮物	ハヤシライス(麦ごはん) 牛乳 ツナとキャベツのソテー 冷凍みかん	チーズパン 牛乳 白身魚のトマトソースかけ アルファベットスープ ビーンズサラダ (フレンチ) プチ洋梨ゼリー	白飯 牛乳 ほうれん草オムレツ フェジョアード コーンときのこのソテー	わかめご飯 牛乳 お好み焼き風豆腐よせ 豚汁 シルバーサラダ (エッグケア) パック小魚
西:9日(月)、東:10日(火)	西:10日(火)、東:11日(水)	西:11日(水)、東:12日(木)	西:12日(木)、東:13日(金)	西:13日(金)、東:9日(月)
				
醤油ラーメン 牛乳 かき揚げ もやしとほうれん草のごま和え 《立花小リクエスト献立》	白飯 牛乳 鰯(いわし)のみりん焼き 炒り鶏 切り干し大根のサラダ (味噌パンパンジー)	きな粉揚げパン 牛乳 マカロニのカレーソテー コーンチャウダー マンゴープリン	白飯 牛乳 つくねの照り焼き 沢煮椀 凍り豆腐の炒め煮	白飯 牛乳 鱈(たら)の香草焼き 肉団子スープ ジャーマンポテト
東西:16日(月)	東西:17日(火)	西:18日(水)、東:19日(木)	西:19日(木)、東:20日(金)	西:20日(金)、東:18日(月)
敬老の日				
	白飯 牛乳 ハンバーグの照り焼きソースかけ だんご汁 秋野菜の炒め煮 お月見ゼリー 《お月見献立》	白飯 牛乳 サモサ わかめスープ 豚キムチ	キーマカレー(ナン) 牛乳 チキンナゲット 野菜炒め 《鷹野小リクエスト献立》	白飯 牛乳 カニクリームコロッケ 味噌けんちん汁 和風サラダ (玉ねぎ) おかかふりかけ
東西:23日(月)	西:24日(火)、東:25日(水)	西:25日(水)、東:26日(木)	西:26日(木)、東:27日(金)	西:27日(金)、東:24日(火)
振替休日				
	白飯 牛乳 鯖(さば)の梅塩こうじ焼き 吉野汁 れんこんサラダ (焙煎ごま)	白飯 牛乳 ハムチーズオムレツ チリコンカン ベジタブルソテー	白飯 牛乳 油淋鶏(ゆーりんちー) フントンスープ 切り干し大根のナムル	白飯 牛乳 ひじきと野菜の寄せ焼き 豚丼の具 寒天サラダ (柚子かつお)
東西:28日(土)	生活リズムをととのえる 早起き・早寝・朝ごはん			
	<p>子どもたちの健やかな成長のためには、規則正しい生活習慣が必要です。この生活習慣が乱れると、学習意欲や体力、気力の低下などにつながると指摘されています。早起き、早寝、そして朝ごはんの習慣をしっかりと身につけましょう。</p>			
ライスボールパン 牛乳 スパゲティナポリタン カレースープ フライドポテト 《学校公開日》	早起き	早寝	朝ごはん	
				
	朝の光を感じると覚醒を促す脳内物質のセロトニンが分泌され、日中に活動しやすくなります。	睡眠は、疲れを取ったり、体を成長させたりします。夜は早く寝て十分な睡眠をとります。	夕食でとったエネルギーは朝には残っていません。午前中、元気に活動するために、朝食をとります。	