

# 給食だより 9月



記録的な暑さが続いていますが、気温が下がり

涼しくなってきました。さて、今月は運動会を予定しています!

例年とは少し違う形ですが子どもたちの元気な姿、楽しみです!!

2022.9.1 札幌北中から保育園

	主食	副食	食	午後のおやつ
1 木	ごはん	お魚汁(ホバビ・油あげ)	煮豆	おはろけ
2 金	スパゲティ	焼き魚(サバ)	大根キムチ	果物
3 土	五目飯	モヤシのサラダ		わかめ汁
5 日	中華丼	ゆず汁(大根・厚揚げ)	トナリ	おかし
6 火	パン	魚の生焼き	しょうゆめ	果物
7 水	中華丼	つとみ汁	小松菜	果物
8 木	ごはん	大根と梅干しの炒め煮		おかし
9 金	スパゲティ	お魚汁(ホバビ・豆腐)	ズッキーニ	果物
10 土	飯	お魚汁(ホバビ・油あげ)	甘酢きゅうり	果物
12 月	パン	お魚汁(ホバビ・油あげ)	ほうれん草・油あげ	果物
13 火	パン	お魚汁(ホバビ・油あげ)	ほうれん草・油あげ	果物
14 水	ごはん	お魚汁(ホバビ・油あげ)	ほうれん草・油あげ	果物
15 木	ごはん	お魚汁(ホバビ・油あげ)	ほうれん草・油あげ	果物
16 金	お魚汁	お魚汁(ホバビ・油あげ)	ほうれん草・油あげ	果物
17 土	お魚汁	お魚汁(ホバビ・油あげ)	ほうれん草・油あげ	果物
20 火	ごはん	お魚汁(ホバビ・油あげ)	ほうれん草・油あげ	果物
21 水	魚の汁	お魚汁(ホバビ・油あげ)	ほうれん草・油あげ	果物
22 木	ごはん	お魚汁(ホバビ・油あげ)	ほうれん草・油あげ	果物
24 土	パン	お魚汁(ホバビ・油あげ)	ほうれん草・油あげ	果物
26 日	ごはん	お魚汁(ホバビ・油あげ)	ほうれん草・油あげ	果物
27 火	パン	お魚汁(ホバビ・油あげ)	ほうれん草・油あげ	果物
28 水	ごはん	お魚汁(ホバビ・油あげ)	ほうれん草・油あげ	果物
29 木	お魚汁	お魚汁(ホバビ・油あげ)	ほうれん草・油あげ	果物
30 金	お魚汁	お魚汁(ホバビ・油あげ)	ほうれん草・油あげ	果物

9月の予定

11日(日) 中から運動会

21日(水) 9月のお誕生会

17日(土) 運動会 代休協力日

ご協力をお願いします!

## 〈9月には食生活改善普及運動です!〉

この運動が平成25年度から開始している「健康日本21(第2次)」において栄養・食生活の場として行っている項目のうち、「主食・主菜・副菜を組み合わせ合わせた食事(1日2回以上)の割合の増加」「野菜摂取量の増加」「食塩摂取量の減少」について国民(人)が改善を遂げるように各自、各自の行動や環境整備を進めようとする。9月の14日(月)に全国的に展開するものです。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大により食生活が大きく変化した。一層、食生活の改善が求められています。