

2025年

8月の献立表

北海道星置養護学校 ほしみ高等学園

月	火	水	木	金
せいかつ 生活のリズムをととのえよう! 	26日 ①とうきびご飯 ②豚汁 ③もずく酢 ④牛乳 	27日 ①ご飯②のり佃煮 ③みそ汁 ④鶏天野菜あんかけ ⑤辛子和え ⑥牛乳 	28日 ①コッペパン②チョコクリーム ③トマトマスープ ④魚のグリーンソース焼き ⑤ミックスサラダ ⑥牛乳 	29日 ①野菜ドライカレー ②ごぼうサラダ ③はちみつレモンゼリー ④牛乳 

9月の献立表

1日 ①ご飯 ②みそ汁 ③豚肉の南部焼き ④春雨の中華サラダ ⑤牛乳 	2日 ①塩ラーメン ②たこ焼き ③梨 ④牛乳 	3日 ①ご飯 ②みそ汁 ③高野豆腐の炊き合わせ ④カニ風味サラダ ⑤牛乳 	4日 ①きのこウィンナーのピラフ ②キャベツスープ ③カリフラワーのサラダ ④牛乳 	5日 ①エビ玉丼 ②わかめスープ ③ナムル ④牛乳 
8日 ①ご飯 ②中華コンスープ ③塩マーボー豆腐 ④ポテトサラダ ⑤牛乳 	9日 ①大豆と昆布のご飯 ②石狩汁 ③竹輪の磯辺揚げ ④牛乳 	10日 ①ご飯②味のり ③具だくさんみそ汁 ④鶏の照り焼き ⑤ピーフンサラダ ⑥牛乳 	11日 ①セルフホットドッグ ②アサリのチャウダー ③野菜のマリネ ④ぶどうゼリー ⑤牛乳 	12日 ①ポークカレー ②福神漬 ③海藻サラダ ④牛乳 



夏休み明け最初の給食は…「とうきびご飯」です。

とうもろこしの生産量が多い北海道では「とうきび」と呼んでる地域が多いです。

北海道産の甘いとうきびを、たっぷりご飯に炊き込みます。鰹だしとバターで旨みもアップです。

もずく…沖縄産のもずくです。もずくには、豊富なミネラルが含まれています。

酢と一緒に食べることで、酢に含まれるクエン酸には疲労回復効果があり、夏の疲れに効果的です。



9月1日は防災の日

もしもの時のために食料などを備蓄していますか？これを機会に家族で備蓄するものを決めたり、期限切れがないかを確認したりしましょう。



もしもの時のために備蓄しましょう。普段からの備えが大切です。

月	火	水	木	金
15日 けいろ う ひ 	16日 ひきにく ①なすと挽肉のスパゲティー ②もやしスープ ③フルーツヨーグルト ぎゆうにゆう ④牛 乳 	17日 あお な ①青菜チャーハン にく ②肉ワンタンスープ うめ あ ③梅和え ぎゆうにゆう ④牛 乳 	18日 はん ①ご飯 しる ②みそ汁 とう ふ こちく ③豆腐の五目あんかけ ④マカロニサラダ ぎゆうにゆう ⑤牛 乳 	19日 あ どん ①かき揚げ丼 しる ②みそ汁 す あ ③ごま酢和え ぎゆうにゆう ④牛 乳 
22日 ①ご飯②ふりかけ③みそ汁 き ほ だいこん たまご や ④切り干し大根の 卵 焼き ⑤ゴマネーズサラダ ぎゆうにゆう ⑥牛 乳 	23日 しゅう ぶん ひ 	24日 ①カレーピラフ はくさい ②白菜スープ ③ミモザサラダ ぎゆうにゆう ④牛 乳 	25日 ①バターロール やさい ②野菜スープ から あ ③唐揚げ だいこん ④大根サラダ ぎゆうにゆう ⑤りんご⑥牛 乳 	26日 あき た こ はん ①秋の炊き込みご飯 いも だん ごしる ②じゃが芋の団子汁 ③のり和え ぎゆうにゆう ④牛 乳 
29日 ①ご飯 しる ②みそ汁 や ざかな ③焼き魚 あつ あ やさい しもの ④厚揚げと野菜の煮物 ぎゆうにゆう ⑤牛 乳 	30日 にく ①肉うどん ②ひじきのフレンチサラダ ③スイートポテト ぎゆうにゆう ④牛 乳 	しょうく 食 のことわざ あき 秋 なすは嫁に食わすな あき 秋 なすはおいしいので嫁に食べさせるな い み 意味 と、秋なすは体を冷やすといけ な い ない から食べさせない方がいいとい た た た た よめ 嫁 に く く く よめ 嫁 に た た た あき 秋 なすはおいしいので嫁に食べさせるな い み 意味 と、秋なすは体を冷やすといけ な い ない から食べさせない方がいいとい た た た た よめ 嫁 に く く く よめ 嫁 に た た た う う う かわ かわ かわ もど もど もど 帰る 帰る 帰る ぜい ぜい ぜい 生まれた川に 戻ってゆくよ さけ さけ さけ さけ さけ さけ さけ さけ さけ		



秋は、野菜や果物がおいしく実ります。
 魚は脂がのっておいしくなります。
 給食でも、旬の食材がたくさん登場します。
 食欲の秋を満喫しましょう。

おいせ

作業学習で、みなさんが育てたじゃが芋が、大きく育ちました。
 収穫したじゃが芋が、今年も給食に登場すると思います。
 今年のじゃが芋は、豊作でしょうか？
 事前にお知らせしますので、どうぞお楽しみに～♪