



月	火	水	木	金
●給食費について 播磨町では、 R5. 8月分(9月末口座振替分)から R5. 12月分(1月末口座振替分)までの 播磨町立小中学校の学校給食費を 無償化します。	8/29 ぎゅうにゅう むぎごはん なつやさいカレー キャベツのサラダ あおりんごゼリー ルウ	30 ぎゅうにゅう キムチチャーハン とうがんスープ あげぎょうざ れいとうみかん	31 ぎゅうにゅう ごはん じゃがいものみそしる ぶたにくのかりんあげ きゅうりとわかめのすのもの	9/1 ぎゅうにゅう ごはん みそおでん ツナサラダ かつおふりかけ
	今日から2学期の給食がスタートしま す。残暑に負けない体をつくりましょう。	夏が旬の冬瓜は、冬まで長持ちするとい う意味から、冬が漢字に使われています。	かりんあげとは、「かりんとう」に見た目 が似ていることが由来だそうです。	9月も暑い日が続きますので、水分と塩分 の補給をしっかりしましょう。
4 ぎゅうにゅう ゆかりごはん ぶたじる さけのしおやき ほうれんそうのごまあえ	5 ぎゅうにゅう コッペパン チンゲンサイのスープ ぶたにくのケチャップいため カクテルゼリー	6 ぎゅうにゅう ごはん はるさめサラダ じゃがいもとあつあげのうまに のりのつくだに	7 ぎゅうにゅう ミニコッペパン フレンチサラダ かりゅうどふうスパゲティ ぼうチーズ	8 ぎゅうにゅう たこめし すましじる コロケ キャベツのおかかあえ
鮭は白身の魚に分類され、身が赤いのは 鰯のエビやカニの色素が関係しています。	ぶたにくのふく 豚肉に含まれるビタミンB1は、疲労回復 や健康維持に欠かせない栄養素です。	つくだに 佃煮とは、甘辛く煮詰めた料理で、その 歴史は江戸時代から続いているそうです。	チーズは、生乳を固めて水分を抜き、 発酵・熟成させて作られています。	今日のたこめしは、播磨町の特産品「干し だこ」を使って作っています。
11 ぎゅうにゅう ごはん ビーフンスープ きりぼしだいこんのカレーいため フルーツヨーグルト	12 ぎゅうにゅう ごはん トック はるまき こまつなのナムル	13 ぎゅうにゅう ごはん やさいのすましじる さばのみそに ごぼうサラダ	14 ぎゅうにゅう こくとうパン ミネストローネ ハムカツ ぶどうゼリー	15 ぎゅうにゅう ごはん もずくスープ チンジャオロース かんこくのり
ビーフンは、漢字で「米粉」と書き、文字 通り米から作られています。	トックは、「トッ」が餅、「ク」は汁を意味 し、韓国ではお正月に食べられます。	さばには、成長に必要なたんぱく質やビ タミンなどが豊富に含まれています。	ミネストローネは、具だくさんのスープという 意味があり、イタリアの野菜スープです。	もずくには、腸の働きを助ける食物 繊維を豊富に含んでいます。
18 敬老の日	19 ぎゅうにゅう ごはん わかめスープ チャプチェ むししゅうまい	20 ぎゅうにゅう ごはん みそしる ぶたにくのしぐれに キャベツとささみのあまずあえ	21 ぎゅうにゅう えだまめごはん にくじゃが えのきのおかかあえ タルト	22 ぎゅうにゅう わかめごはん けんちんじる あじフライ ソース
	わかめには、骨や歯を丈夫にする役割のミ ネラルが多く含まれています。	しぐれ煮とは、生姜を加えて煮るのが 特徴で、佃煮の一種とされています。	えだまめは枝のまま収穫し、茹でて食べます。 疲労回復や夏バテ防止にもなります。	あじに含まれるDHAには、脳を活性化さ せる働きがあります。
25 ぎゅうにゅう むぎごはん ハヤシライス ハムサラダ プルーン ルウ	26 ぎゅうにゅう きなこパン コンソメスープ フランクフルト ブロッコリーのごまあえ	27 ぎゅうにゅう ひじきごはん すいとん いわつねぎいりてん だいこんとツナのあえもの	28 ぎゅうにゅう タルタルソース コッペパン コーンスープ ポイルキャベツ しろみぎかなのフライ	29 ぎゅうにゅう ごはん がめに やさいのゆずあえ おつきみだんご
プルーンに含まれるビタミンは、強い骨作 りや免疫力向上などの役割があります。	今日はきなこパンが出来ます。揚げたコッペ パンに、きなこをつけて作ります。	いわつねぎは兵庫県朝来市の特産品で、日本 三大ねぎの一つとされています。	しろみぎかなと呼ばれる魚は、味は淡泊で消化 に良いのが特徴です。	今日は十五夜です。「中秋の名月」とも呼 ばれます。月を眺めるのもいいですね。