

	3日 (火) ぶどう チーズ 麦ごはん 夏野菜カレー 旬の食品を食べよう (なす・ぶどう)	4日 (水) ゴーヤチャンプル お魚ソーセイ じごはん もずくスープ 食品を知ろう (もずく)	5日 (木) ちりめんキャベツ 卵焼き ごはん 冬瓜のそぼろ煮 旬を食べよう (冬瓜)	6日 (金) ジャーマンポテト ささみチーズフライ パン ラビオリ スープ 外国の料理を知ろう (ラビオリ)
	9日 (月) 切干大根の含め煮 ちくわの磯辺揚げ ごはん かきたま汁 食品を知ろう (たまご)	10日 (火) ガパオライス (ごはんにのせて 食べましょう) プルーン ヨーグルト 麦ごはん 汁ビーフン 食品を知ろう (ビーフン)	11日 (水) ぼんず和え いわしフライ ごはん 大豆の磯煮 食品を知ろう (いわし)	12日 (木) ゴーヤと大豆のあまがらめ 鮭の塩焼き ごはん 豆腐のみそ汁 食品を知ろう (ゴーヤ)
16日 (月) 敬老の日 	17日 (火) ヤムウンセン ミニフィッシュ にくだんご 麦ごはん わかめスープ 外国の料理を知ろう (ヤムウンセン)	18日 (水) ゆかりあえ いわしの甘露煮 ごはん 肉じゃが おいしく食べよう (肉じゃが)	19日 (木) 揚げ豆腐の きのこあんかけ のりの佃煮 ごはん かぼちゃのみそ汁 食品を知ろう (かぼちゃ)	20日 (金) 文化祭 外国の料理を知ろう (ポークビーンズ)
23日 (月) 秋分の日 	24日 (火) 煮びたし さんまの煮付け 麦ごはん きのこ けんちん汁 旬の食品を食べよう (さんま)	25日 (水) あさりの佃煮 蒸ししゅうまい ごはん 回鍋肉 ホイコウロウ 外国の料理を知ろう (回鍋肉)	26日 (木) 切干大根のごまあえ 鶏肉の唐揚げ ごはん かんぴょうのみそ汁 食品を知ろう (かんぴょう)	27日 (金) カレーキャベツ ケチャップ & マスタード フランクフルト (はさんで食べよう) パン きのこシチュー 旬の食品を食べよう (きのこ)
30日 (月) 小松菜のツナいため お好み揚げ ごはん さつま汁 郷土料理を知ろう (さつま汁)	夏休みが終わり、2学期が始まりました。 学校では、体育大会の練習が始まり、汗をかく機会も増えます。 汗をかくと体から水分だけでなく塩分やミネラルも一緒に出ていきます。 給食ではみそ汁やスープに水分も塩分もミネラルも全部含まれています。 残さず食べて元気に2学期を過ごしましょう。 水分 塩分 ミネラル			