

9月 防災献立



・9月1日 ごはん、牛乳、関東煮、三色ソテー、さかなふりかけ



〈9月1日〉高砂中学校・高砂小学校・荒井小学校・米田小学校・米田西小学校
北浜小学校・伊保小学校・伊保南小学校・中筋小学校
曾根小学校・阿弥陀小学校

9月1日は防災の日献立です。

関東煮は厚揚げやちくわ、こんにゃくなどの具材が入った煮込み料理です。

関東煮の由来として、関東大震災をきっかけに関東から関西へ広まったという説や、関西の料理人が炊き出しでふるまったという説などがあります。

- ・9月1日 冷凍パン、牛乳、ツナじゃが、コーンソイスープ、いちごミックスジャム
- ・9月3日 麦ごはん、チキンささみカレー、牛乳、コールスローサラダ、ぶどうゼリー



〈9月1日〉

荒井中学校・竜山中学校・松陽中学校
宝殿中学校・鹿島中学校



〈9月3日〉

荒井中学校・竜山中学校・松陽中学校
宝殿中学校・鹿島中学校

9月1日は『防災の日』、8月30日から9月5日までは『防災週間』です。これを機に、災害に備え、どのように行動すればいいのかを改めて確認しましょう。

9月1日は、自然解凍で食べられるパンと災害食として役立つレトルト食品や缶詰、常温で日持ちがよい根菜類を多く使った献立です。

9月3日は、レトルト食品のささみフレークや水煮大豆、常温で日持ちがよい根菜類などを多く使ったチキンささみカレーと、乾物の切干大根を使ったサラダです。家庭でも常温で長期保存のできる缶詰やレトルト食品、乾物を常備すると災害時にも役立ちます。