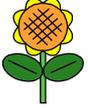


令和2年

8月

こんだて

西郷村学校給食センター

		水	木	金
   		19日 始業式 	20日  チーズサラダ  メンチカツ ソース  にこにこパン コンソメスープ  	21日  パインコンポート 和風サラダ  ポークカレーライス 
月	火	幼稚園		幼稚園
24日  ごま酢和え  アジフライ ソース  麦ごはん だいこんのみそ汁  	25日  おかかあえ  豚肉のピリ辛焼き  麦ごはん 厚揚げのみそ汁  	26日  ビーフン炒め  さばの照り焼き  雑穀ごはん わかめのみそ汁  	27日  にこにこまめ(中)  ひじきとキャベツのサラダ  わかさぎフリッター しょうゆラーメン   中華	28日  切干だいこんの炒め煮  豆腐ハンバーグ  しそひじきごはん かきたま汁  
幼稚園	幼稚園	幼稚園	幼稚園	幼稚園、全小6年生
31日  きんぴらごぼう  さけの塩焼き  麦ごはん なめこ汁  	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 20px; text-align: center;"> <p>給食や食事の前には、 手洗いをしっかり行いましょう！ また、清潔なハンカチを 持ち歩きましょう！</p> </div> 			
幼稚園				

給食で使用する食材は、村の測定器で放射性物質検査を行い、検出限界以下のものを使用しています。

### 朝ごはんをモリモリ食べよう！

- 1、寝ている間に下がった、体温・脈拍を上げて、身体のスイッチON
- 2、栄養素・エネルギーを補給する
- 3、大腸を刺激する
- 4、午前中の体温の維持
- 5、夜の睡眠の質を高める その日の眠りは、朝に決まる！質の高い睡眠で免疫力を維持しよう！

朝ごはんをしっかり食べるために、、、？

早く寝る☆早く起きる\*



メディアのルールを守る。

