

白河市立東中学校

計16食 ※材料の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。	9月栄養価平均 エネルギー786kcal たんぱく質30.1g 脂質22.7g 食塩相当量3.0g
--	---

そな	ぼう さい	
----	-------	--

A cartoon illustration of a boy with dark hair and a blue checkered shirt looking at a blue tablet. A white sheep is next to him, counting sheep with the text 'ねねいとう' (ne ne i tou) written vertically. In the background, there is a clock showing approximately 1:50, a crescent moon, and a star.

がつついたち ぼうさい ひ ひ ふく しょうかん
 9月1日は「防災の日」です。そして、この日を含む1週間
 は「防災週間」です。飲料水や非常食の備蓄は3日分または、大
 き さいがい と しょうかん ぶん のぞ ひ ひ しょうく ひ ちく かん だいい
 規模災害の時は1週間分が望ましいとされています。飲料水は
 ひ ひと ひと ち やす ひ ひょうしゅく ひ ぶん だん
 1人1日3リットルが目安です。非常食は、できるだけ普段の
 せい ち なか ひ よう しく ひん ほん ぞん
 生活の中で利用している食品を備えるようにしましょう。