

7 がつ の よてい こんだて ひょう

令和4年度

岡本小学校

日	曜日	こんだてめい		あかの食品 からだをつくる もの	きいろの食品 ねつや力になる もの	みどりの食品 体のちょうしをと とのえるもの	*印の 配る数	
		しゅしゅく	のみもの					
1	金	ピビンバ	ぎゅうにゅう	レタススープ	ぎゅうにゅう たまご ぶたにく なんと とうふ みそ	ごはん さとう でんぷん あぶら ごま	にんじん たまねぎ たけのこ ねぎ もやし レタス ほうれんそう	
4	月	ごはん	ぎゅうにゅう	ふしめんじる かぼちゃサンドフライ そくせきづけ	ぎゅうにゅう あぶらあげ	ごはん ふしめん こむぎこ パンこ あぶら ごま	にんじん ごぼう ほうれんそう かぼちゃ キャベツ きゅうり たくあん	
5	火	しおラーメン	ぎゅうにゅう	はるまき カラフルソテー	ぎゅうにゅう ぶたにく なんと はるまき ハム	ちゅうかめん あぶら	もやし たけのこ ねぎ わかめ コーン キャベツ にんじん	
6	水	あおなごはん	ぎゅうにゅう	みそしる(こうやどうふ・もやし・キャベツ) にくじゃが	ぎゅうにゅう みそ ぶたにく こうやどうふ	ごはん じゃがいも さとう	あおな にんじん たまねぎ しらたき キャベツ もやし	
7	木	チーズトースト	ぎゅうにゅう	そうめんじる あんにんどうふ	ぎゅうにゅう チーズ	パン そうめん ふ あんにんどうふ	おくら にんじん たまねぎ	
8	金	マーボーどん	ぎゅうにゅう	はるさめスープ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ	ごはん はるさめ でんぷん ごまあぶら	たまねぎ にんじん もやし ねぎ たけのこ ほうれんそう	
11	月	ごはん	ぎゅうにゅう	けんちんじる チキンカツ ソース ブロッコリーのおかかあえ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ	ごはん こむぎこ パンこ あぶら じゃがいも	にんじん だいこん ねぎ ごぼう ブロッコリー	
12	火	コッペパン	ぎゅうにゅう	カボチャポタージュ(クルトン) あらびきウィンナー ツナサラダ	ぎゅうにゅう ウィンナー ツナ	パン バター こむぎこ マヨネーズ	かぼちゃ キャベツ きゅうり にんじん	* 1~6年 2本
13	水	しょうゆごはん	ぎゅうにゅう	みそしる(じゃがいも・わかめ・もやし) あつやきたまご きりぼしだいごんののもの	ぎゅうにゅう みそ たまご ちくわ あぶらあげ	ごはん じゃがいも あぶら さとう	わかめ もやし にんじん きりぼしだいごん	
14	木	ロールパン	ぎゅうにゅう	トマトとたまごのスープ ハンバーグ コーンポテト	ぎゅうにゅう たまご ベーコン ハンバーグ	パン じゃがいも バター	トマト たまねぎ パセリ コーン	
15	金	なつやさい カレー	ぎゅうにゅう	ふくじんづけ チップサラダ デザート	ぎゅうにゅう ぶたにく	ごはん あぶら ポテトチップ カレー・ロードレッシング	たまねぎ かぼちゃ なす にんじん えだまめ コーン ふくじんづけ キャベツ きゅうり	

給食回数・・・11回

- 今月の平均栄養価は、エネルギー:663kcal たんぱく質:24.0g 脂肪:20.2g 塩分:2.2gですgです。
- 今月の給食目標は《好き嫌いしないでたべましょう》です。

☆12(火) 4年生校外学習

《 かながわ産品学校給食デー 》

・・・・・・県内の学校において実施することになっています。

7月の献立は神奈川県内産の食材(南足柄市の食材も含む)をできるだけ多く使用します。
また、当日使用する食材について児童に知らせ、神奈川県内農林水産物に対する理解を深めるとともに、
食べものの成り立ちを理解し大切にする心を育てることにつなげたいと思います。

- ☆7月1日(金) 玉ねぎ(なんかいファーム様からの寄付)・・・ピビンバに使用
- ☆7月6日(水) じゃがいも(学校園でつくったもの)・・・にくじゃがに使用
- ☆7月14日(木) じゃがいも(南足柄市千津島)・・・コーンポテトに使用
- ☆7月15日(金) かぼちゃ、玉ねぎ(南足柄市千津島)・・・夏野菜カレーに使用