

令和 8年 7月

給食献立予定表

年間目標: 一口目は野菜から食べよう
あしきた・まちのことも園 ☺

日	曜	朝のおやつ	昼 食				午後のおやつ
			主食(黄)	主菜(赤)	副菜(緑)	汁(白)	
1	水	粉吹き芋	麦飯 五分づきご飯	洋風厚焼き卵	えのきとツナの煮浸し	わかめの味噌汁	鮭バターおにぎり
2	木	ブロッコリー	麦飯 雑穀五分づきご飯	魚の黄金焼き	キャベツとささみのサラダ	のっぺ汁	ヨーグルトスコーン
3	金	きな粉サンド	麦飯 五分づきご飯	ミートスパゲティ	ブロッコリーのツナサラダ	イタリアンスープ	バナナ
4	土	ほうれん草豚丼					
6	月	みかん	麦飯 五分づきご飯	カレーライス	ヨーグルト	野菜スープ	揚げパン
7	火	人参スティック	麦飯 赤米五分づきご飯	鶏のマーマレード煮	チーズサラダ	七夕そーめん	七夕ゼリー
8	水	さつま芋のレモン煮	麦飯 五分づきご飯	魚の南部焼き	納豆和え	じゃがいもの味噌汁	みかんおにぎり
9	木	ミルクパンケーキ	麦飯 雑穀五分づきご飯	絹揚げのそぼろ煮	ワカメとツナのレモン和え	ワンタンスープ	けんかもち
10	金	粉吹き芋	麦飯 五分づきご飯	亀山味噌焼きうどん	ひじき煮	盆汁	シェル・レーヌ
11	土	三色丼					
13	月	人参スティック	麦飯 五分づきご飯	豚丼	バナナ	豆乳味噌汁	トマトチーズクラッカー
14	火	ブロッコリー	麦飯 もちきび五分づきご飯	松風焼き	切り干し大根の煮物	かき玉汁	おからナゲット
15	水	バナナきな粉	麦飯 五分づきご飯	魚の照り焼き	人参しりしり	豚汁	かしわおにぎり
16	木	南瓜のおかか煮	麦飯 雑穀五分づきご飯	ポークビーンズ	グリーンサラダ	コーンスープ	じゃこチヂミ
17	金	きんとん	麦飯 五分づきご飯	根菜の煮物	ほうれん草の胡麻和え	きのこの味噌汁	フルーツヨーグルト
18	土	キーマカレー					
20	月	海の日					
21	火	マカロニきな粉	麦飯 黒米五分づきご飯	混ぜ混ぜそぼろ丼	りんご	豆腐の味噌汁	コーンチーズマフィン
22	水	豆腐パンケーキ	麦飯 五分づきご飯	鮭のタルタル焼き	卵の花	わかめスープ	豆乳ゼリー
23	木	パン	麦飯 雑穀五分づきご飯	肉豆腐	春雨の酢の物	玉ねぎの味噌汁	キャロット蒸しパン
24	金	人参スティック	麦飯 五分づきご飯	ハンバーグ	カラフルサラダ	キャベツのスープ	バナナ
25	土	夏祭り					
27	月	もも	麦飯 五分づきご飯	ハヤシライス	ヨーグルト	オニオンスープ	夏野菜のケーキサレ
28	火	ジャムサンド	麦飯 赤米五分づきご飯	魚のおかか煮	大豆のカミカミサラダ	あおさの味噌汁	高菜おにぎり
29	水	さつま芋のミルク煮	麦飯 五分づきご飯	ローストチキン	ミルクソース	けんちん汁	ホットケーキ
30	木	ブロッコリー	麦飯 雑穀五分づきご飯	豚の生姜焼き	キャベツの昆布和え	南瓜の味噌汁	ポップコーン
31	金	バナナ	ワクワク給食	鶏の唐揚げ・マカロニサラダ・ミルクスープ・鮭おにぎり・ミニトマト・ブロッコリー			オレンジゼリーサンデー

※ 都合により、献立を変更する場合があります

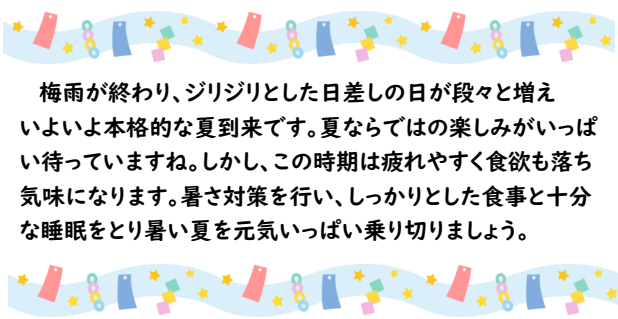
牛乳 毎日手作りおやつ



31日(金)は、ワクワク給食です。



★ 7月の目標 ★ 《食事のマナーを身につけよう》



梅雨が終わり、ジリジリとした日差しの日が段々と増え、いよいよ本格的な夏到来です。夏ならではの楽しみがいっぱい待っていますね。しかし、この時期は疲れやすく食欲も落ち気味になります。暑さ対策を行い、しっかりと食事と十分な睡眠をとり暑い夏を元気いっぱい乗り切りましょう。

食事のマナーは、一緒に食事をする人同士がお互いに気持ちよく食事をするための『心遣い』です。マナーを守ると自分自身が食事をスムーズに進めることができるだけでなく、周りの人と楽しく食事をする事ができます。



献立の紹介

10日(金)の給食は『三重県』の郷土料理です。
主菜…町おこしのために企画された新・ご当地グルメ。亀山市内の焼肉店の「裏メニュー」として、40年以上にわたって提供していたものが元となったと言われています。
副菜…ひじきの加工品生産量が全国トップクラスを誇り、古くから「伊勢ひじき」の名で全国に知られています。
汁物…お盆にご先祖様を迎えておもてなしをするために作られるため、通常の汁物より具材の種類や量を多くし油揚げを出汁の代わりにするのが特徴です。
おやつ…鳥羽市の洋菓子メーカー「ブランカ」が製造・販売している真珠貝の形をした大人気のマドレーヌです。

