



月	火	水	木	金
---	---	---	---	---

◆◆7月の給食目標◆◆
 小学校：身の回りをきれいにしして食事をしよう！
 中学校：環境を整えて食事をしよう！

暑い時こそ、手洗いや身支度に気をつけて
 給食準備をしましょう！
 そして、食事にふさわしい環境の整備を
 してください！！

◆森町きんりんでとれる
 (おしまひやまかない)
 食材の活用よてい◆

○お米 ○きゅうり
 ○長ねぎ ○にんじん
 ○はくさい ○たまご

※食材の都合により、一部
 変更する場合がございます
 ので、あらかじめご了承
 ください。

7月の平均栄養摂取量

	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)
幼稚園	511	19.6
小学校 1・2学年	560	21.6
小学校 3・4学年	659	24.7
小学校 5・6学年	765	27.9
中学校	834	30.1

今年度より摂取基準に合わせた
給食を提供いたします。

7月5日は七夕献立
 たくさんの☆があるので
 見つけてね！

1 ごはん・牛乳 みそしる 赤 油あげ 緑 キャベツ チーズインハンバーグ 黄 パン粉・油・さとう 赤 鶏肉・ぶた肉・チーズ 緑 玉ねぎ ブロッコリーのおかかあえ 赤 かつおぶし 緑 ブロッコリー	2 クロワッサン・牛乳 ミネストローネ 黄 ジャがいも・マカロニ・ さとう 赤 ウィンナー 緑 玉ねぎ・にんじん・ トマトピューレ コーングラタン 黄 ジャがいも・さとう・米粉 赤 豆乳 緑 コーン メロン 緑 メロン	3 ビビンバどん・牛乳 黄 米・ゴマ・さとう・ゴマ油 赤 ぶた肉 緑 ほうれん草・にんじん・ もやし・ぜんまい・にんにく わかめスープ 黄 てまりふ 赤 わかめ・とうふ・なると 緑 長ねぎ ヨーグルト 黄 さとう 赤 脱脂粉乳・全粉乳	4 あんかけやきそば・牛乳 黄 めん・油・ゴマ油・でんぷん 赤 ぶた肉・うすら卵・イカ・えび 玉ねぎ・はくさい・もやし・ たけのこ・チンゲン菜・ にんじん・干し椎茸 じゃがいものケチャップあえ 黄 ジャがいも・さとう・ バター・油 グリーンサラダ (エッグケアマヨネーズ) 黄 エッグケアマヨネーズ 赤 キャベツ・きゅうり・ ブロッコリー	5 ちらしずし・牛乳 黄 米・ゴマ・さとう 赤 にんじん・かんぴょう・ たけのこ・れんこん・干し椎茸 たなばたじる 黄 そうめん 赤 なると・油あげ・とり肉 緑 にんじん・長ねぎ・ ほうれん草・干し椎茸 ハンバーグ 黄 マッシュポテト・でんぷん 赤 とり肉・ぶた肉 緑 玉ねぎ フルーツあんぱん 黄 杏仁豆腐 緑 ハイン・もも・りんご
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

8 ごはん・牛乳 ハヤシライス 黄 ジャがいも 赤 ぶた肉・脱脂粉乳・ ビーンズピューレ 緑 玉ねぎ・にんじん・ マッシュルーム・ トマトピューレ えだまめ 緑 えだまめ	9 ビスキュイパン・牛乳 黄 パン・バター・さとう・ アーモンドプードル・小麦粉 赤 たまご・脱脂粉乳 ポトフ 黄 ジャがいも 赤 ベーコン 緑 玉ねぎ・キャベツ・ にんじん たまごまきウィンナー 黄 さとう 赤 たまご・ウィンナー フルーツゼリー (ピーチ) 緑 もも・ハイン・りんご	10 ごはん・牛乳 さつまいも 黄 さつまいも 赤 とうふ・とり肉 緑 にんじん・ごぼう・長ねぎ・ つきこん なっとう 赤 大豆 こんぶのいためもの 黄 ゴマ・油・さとう 赤 昆布・ぶた肉・さつまいも 緑 つきこん・にんじん チーズ (小学校・中学校) 赤 チーズ	11 和風きのこパゲティ・牛乳 黄 スパゲティ・油 赤 ベーコン 緑 玉ねぎ・しめじ・えのき・ 干し椎茸・にんにく チキンチーズのオープンやき 黄 油・パン粉・さとう 赤 とり肉・チーズ 緑 赤ピーマン・パセリ ごぼうサラダ 黄 マヨネーズ・ゴマ・油・ さとう 緑 ごぼう・にんじん・ キャベツ・きゅうり	12 ごはん・牛乳 みそしる 黄 ジャがいも 赤 わかめ 緑 長ねぎ さんまのにつけ 黄 さとう 赤 さんま ひじき煮 黄 マヨネーズ・ゴマ・油 赤 さつまいも・ひじき 緑 にんじん・いんげん・ 干し椎茸・つきこん
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

うみのひ 海の日	16 まめパン・牛乳 かぼちゃのポターージュ 黄 バター 赤 牛乳 緑 かぼちゃ・玉ねぎ・パセリ ジャーマンポテト 黄 ジャがいも・油 赤 ベーコン 緑 玉ねぎ パリパリサラダ (ドレッシング) 黄 ワンタンの皮・油・ ドレッシング 赤 キャベツ・きゅうり・ にんじん	17 ごはん・牛乳 みそしる 赤 とうふ・ぶりのり とり肉とキャベツのいため 黄 油・カシューナッツ・ さとう・でんぷん 赤 とり肉 緑 玉ねぎ・たけのこ・ ピーマン・しょうが きりぼしだいこん 黄 さとう・ゴマ 赤 さつまいも 緑 だいこん・にんじん・ つきこん	18 ソースやきそば・牛乳 黄 めん・油 赤 ぶた肉 緑 キャベツ・干し椎茸・ 玉ねぎ・にんじん・ピーマン イカリング (幼・小/低・中・2コ 小/高・中・3コ) 黄 パン粉・小麦粉・油 赤 いか フルーツヨーグルト 黄 さとう 赤 ヨーグルト 緑 みかん・ハイン・もも・ パナナ	19 ごはん・牛乳 みそしる 緑 だいこん・なめこ からあげ (幼:1コ 小/低・中・高・中学:2コ) 黄 油 赤 とり肉 きんぴらごぼう 黄 ごま油・ゴマ・さとう 赤 さつまいも 緑 ごぼう・にんじん・れんこん
---------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

22 ごはん・牛乳 なつやすみカレー 黄 ジャがいも・油 赤 ぶた肉・だいず・牛乳・豆乳 緑 玉ねぎ・にんじん・りんご・ なす・オクラ・にんにく・ トマトピューレ・ピーマン かいそうサラダ (ドレッシング) 黄 ドレッシング 赤 かいそうミックス 緑 キャベツ・コーン・きゅうり	23 リトワンパソ・牛乳 ホワイトシチュー 黄 ジャがいも 赤 牛乳・ビーンズピューレ 緑 玉ねぎ・白菜・にんじん とり肉のうめねえズ やき 黄 エッグケアマヨネーズ 赤 とり肉 緑 うめ スイカ 緑 スイカ ミルクメイイチゴ (小・中学校) 黄 ミルクメイイチゴ	24 ごはん・牛乳 とんじる 黄 ジャがいも 赤 ぶた肉・とうふ 緑 にんじん・ごぼう・長ネギ・ 玉ねぎ・つきこん・だいこん さばのみそに 黄 さとう 赤 サバ 肉とうふ 黄 さとう・油 赤 やきとうふ・ぶた肉 緑 玉ねぎ・にんじん・つきこん	25 スパゲティミートソース・牛乳 黄 スパゲティ・オリーブ油・ さとう 赤 ぶた肉・だいず 緑 にんじん・にんにく・ トマトピューレ・玉ねぎ チキンナゲット (幼・小/低・中・2コ 小/高・中・3コ) 黄 小麦粉・でんぷん・油 赤 とり肉・おから ミルクデザート 赤 牛乳 緑 マンゴーピューレ・ パイン・もも・りんご	なつやすみ
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------

※学校給食費は、1ヵ月あたり幼稚園児で1,240円・小学生で1,520円・中学生で1,600円、森町より子育て
 支援策として助成されております。
 また、学校給食の食材は、保護者の皆さんが毎月納入されます給食費によってまかなわれています。
 必ずその月の納入期限日(25日)までに納入されますようご協力よろしくお願い致します。

