

7・8月よていこんだて

泉崎村学校給食センター

(教室用)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>こまめな水分補給で熱中症を予防しよう</p>	<p>季節の行事：半夏生</p> <p>あさづけ / さばのしおやき</p> <p>ごはん / ごじる</p>	<p>だいこんサラダ / ポロニアソーセージ</p> <p>ケチャップ</p> <p>きれめいりまるパン / クラムチャウダー</p>	<p>ごもく / いりどうふ / つくね</p> <p>ごはん / わかめのみそしる</p>	<p>ブロッコリーのちゅうかあえ / やきぎょうざ</p> <p>ちゅうかソフトめん / タンタンラーメンスープ</p>
7	8	9 中学校	10 一小	11 一小
<p>季節の行事：七夕</p> <p>ゼリー / かいそうサラダ</p> <p>はとむぎごはん / なつやさいカレー</p>	<p>旬の食材：あじ</p> <p>もやしのラーゆあえ / あじフライ</p> <p>ソース</p> <p>ごはん / とんじる</p>	<p>コールスロー / サラダ / ウィンナーソーセージ</p> <p>ケチャップ</p> <p>きれめいりコッペパン / たまごスープ</p>	<p>旬の食材：ピーマン</p> <p>チンジャオロース / はるまき</p> <p>ごはん / ちゅうかスープ</p>	<p>かにふうみ / サラダ / とうふハンバーグ・おろしソース</p> <p>ごはん / さつまじる</p>
14	15	16	17	18
<p>ナムル / とりにくのしおからあげ</p> <p>ごはん / サンラータン</p>	<p>旬の食材：ゴーヤー</p> <p>れいとうパン / ゴーヤーチャンプルー</p> <p>タコライス / もずくのみそしる</p>	<p>旬の食材：すいか</p> <p>すいか / やきそば</p> <p>きれめいりコッペパン / にくだんごスープ</p>	<p>和食の日献立</p> <p>ひじきのいために / いわしのあげびたし</p> <p>ごはん / なすのみそしる</p>	<p>しゅうぎょうしき 終業式</p>

夏休み中も規則正しい生活を

夜ふかしや朝寝坊をすると、生活リズムがくずれてしまいます。夏休み中も、学校がある日と同じように決まった時間に起きて、寝るようにします。早起きをして、家族で朝食の準備をしたり運動をしたりしてみませんか。



25	26 幼稚園	27	28	29
<p>しゅうぎょうしき 始業式</p>	<p>ヨーグルトあえ</p> <p>はとむぎごはん / ポークカレー</p>	<p>旬の食材：夏野菜</p> <p>ブロッコリー / サラダ / ハムカツ</p> <p>ソース</p> <p>きれめいりまるパン / なつやさいのミネストローネ</p>	<p>はるさめ / サラダ / さばのトマトソースに</p> <p>ごはん / じゃがいものみそしる</p>	<p>ツナともやしのあえもの / ヤンニョムチキン</p> <p>ごはん / ワンタンスープ</p>

※ 諸般の事情により、献立や使用食材が変更になることがあります。ご了承ください。