

8月 よていこんだてひょう



食品群	体内でのほたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働き力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

※臨時休校により24日の献立に変更があります。今後も都合により献立を変更することがあります。
 ※魚には小骨がある可能性がありますので、気をつけて食べましょう！

こ ん だ て	10(月)	山の日 	11(火) 給食 ※1 臨時休校 ヨーグルト 牛乳 こくとうパン きゅうきゅうカレーライス	12(水) 給食 ※1 臨時休校 ライチゼリー 牛乳 やきいも きゅうきゅうごもくごはん	13(木) 給食 ※1 臨時休校 れいとうみかん 牛乳 べにいもパン きゅうきゅうカレーライス	14(金) 給食 ※1 臨時休校 チーズ 牛乳 やきいも きゅうきゅうカレーライス
	あか		ぎゅうにゅう、だっしふんにゅう、ゼラチン、かんてん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう、だっしふんにゅう	ぎゅうにゅう、チーズ
	き		こむぎこ、さとう、ショートニング、ココナツ、じゃがいも、こめ、油	さつまいも、こめ、油、げんまい、さとう	こむぎこ、さとう、ショートニング、べにいも、じゃがいも、こめ、油	さつまいも、じゃがいも、こめ、油
	みどり		コーン、にんじん、たまねぎ、しめじ、トマト	にんじん、ごぼう、こんにゃく、しいたけ、たまねぎ、ライチ	コーン、にんじん、たまねぎ、しめじ、トマト、みかん	コーン、にんじん、たまねぎ、しめじ、トマト
こ ん だ て	17(月) 給食 ※1 臨時休校 れいとうおうとう 牛乳 やきいも きゅうきゅうカレーライス	18(火) 給食 ※1 臨時休校 うめぼし 牛乳 ごはん レトルトおやこどん	19(水) 給食 ※1 臨時休校 ブルーベリージャム 牛乳 くろこめごはん きゅうきゅうカレーライス	20(木) 給食 ※1 臨時休校 やさしいふりかけ 牛乳 れいとうよつなし ごはん レトルトぎゅうどん	21(金) 給食 ※1 臨時休校 れいとうパイナップル 牛乳 うどんめん レトルトカレー	
	あか	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう、とりこ、たまご、アーモンド、カタクチワシ、チーズ	ぎゅうにゅう、だっしふんにゅう	ぎゅうにゅう、ぎゅうにゅう、かつお	ぎゅうにゅう、ぎゅうにく
	き	さつまいも、じゃがいも、こめ、油、さとう	こめ、さとう、たまご	こむぎこ、さとう、ショートニング、くろまい、じゃがいも、こめ、油	こめ、さとう、でんぶん、さとう	こむぎこ、じゃがいも、だいいち油、さとう、でんぶん、オリーブオイル、さつまいも
	みどり	コーン、にんじん、たまねぎ、しめじ、トマト、おうとう	たまねぎ、うめ	コーン、にんじん、たまねぎ、しめじ、トマト、ブルーベリー	たまねぎ、こんにゃく、ひろしまな、きょうな、だいこんばし、かぼちゃ、にんじん、ようなし	にんじん、にんにく、しょうが、チーズ、たまねぎ、トマト、ブルーベリー、ピーマン、だいこん、ブロッコリー、キャベツ、ほうれんそう、きピーマン、はくさい、ブルーベリー、パイナップル、かぼちゃ、セロリ、コーン
こ ん だ て	24(月) 給食 ※1 変更あり ヨーグルト 牛乳 ナン レトルトカレー	25(火) いわしのしょうがに もちきびごはん ぶたにくとしらたきいため	26(水) ゴーヤーチップス 牛乳 おきなわちゃんぽんどん ごはん アーサじる	27(木) キャベツいため 牛乳 はるまき ちゅうかめん しょうゆラーメン(はんぶんずついでね)	28(金) ひしもち(小) 牛乳 だいふく(中) ひじきいため ごはん こまつなのみそしる	
	あか	ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、だっしふんにゅう、ゼラチン、かんてん	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、かまぼこ、いわし	ぎゅうにゅう、アーサ、とうふ、ぶたにく、たまご	ぎゅうにゅう、ぶたにく、なると、わかめ	ぎゅうにゅう、とうふ、あぶらあげ、みそ、ぶたにく、ひじき、かまぼこ
	き	こむぎこ、だいいち油、なたね油、オリーブオイル、ショートニング、じゃがいも、さとう、でんぶん、さつまいも	こめ、もちきび、だいいち油、さとう	こめ、だいいち油、でんぶん	こむぎこ、さとう、だいいち油、でんぶん、はるまき、ラード	こめ、だいいち油、さとう、ごま油、さつまいも、もちこ、なたね油
	みどり	にんじん、にんにく、しょうが、チーズ、たまねぎ、トマト、ブルーベリー、ピーマン、だいこん、ブロッコリー、キャベツ、ほうれんそう、きピーマン、はくさい、パイナップル、ブルーベリー、かぼちゃ、セロリ、コーン	こんにゃく、にんじん、たまねぎ、はくさい、こまつな、いんげん、しいたけ、にんにく、しょうが	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、ゴーヤー	しょうが、にんじん、キャベツ、もやし、コーン、たけのこ、たまねぎ、しいたけ	たまねぎ、だいこん、こまつな、にんじん、こんにゃく、キャベツ、えだまめ、よもぎ
こ ん だ て	31(月) 野菜の日 さとうきびアイス 牛乳 ミンチカツ コッペパン やさいチャウダー	◆ 救給カレーライス・救給ごもくごはんの紹介 ◆ 救給シリーズ(救給カレーライス・救給ごもくごはん)は、平成23年3月の東日本大震災での教訓をもとに非常食として考えられたものです。 電気・ガス・水道が使えない状態でも、そのままおいしく、さらに食物アレルギーがある人も食べられるように作られています。 ※食べるときは底の部分を広げて、立ててそのまま食べることができるので、お皿は必要ありません。 ※救給カレーライスには具とライスが一緒に入っているため、食べる前にスプーンで中をかきまぜてください。				
	あか	ぎゅうにゅう、だっしふんにゅう、とりこ、ぶたにく、こくとう				
	き	こむぎこ、さとう、ショートニング、じゃがいも、マーガリン、だいいち油、パンこ、でんぶん				
	みどり	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、コーン、グリーンピース、にんにく、ごぼう、シークワーサー				



保護者の皆様へ

8月11日(火)～24日(月)の給食について ※1

8月11日(火)～24日(月)の間は、調理場内の釜設置工事により調理ができません。

コロナによる臨時休校が影響してしまい、非常食を活用した給食となることをご了承ください。

上記期間中についてはたんぱく源(肉・魚・豆腐・卵)や野菜が普段の給食より少ない献立となってしまうため、家庭におけるたんぱく源摂取や積極的な野菜摂取の御協力をよろしくお願いいたします。

例えば、こんなもので +1皿

加熱すれば「かさ」を減らすことができ、生のままよりたくさんのおかずを食べられます。

青菜のおひたし

ほうれん草や小松菜をゆで、しょうゆ、みりんなどで調味しただけ汁に浸す。めんつゆをかけるだけでもOK!

ナムル風あえ物

細切りにんにくとピーマン、もやしを電子レンジで加熱し、ごま油、しょうゆ、おろしにんにく、すりごまであえる。

みそ汁やスープ

いつもの具材に野菜を1-2種類プラスする。

※学校給食費は、期限内に納めましょう。8月11日～24日の期間中、給食費を上回る金額については国からの臨時交付金を活用しております。