令和4年

7月・8月 よていこんだてひょう

南風原共同調理場
TEL：098-889-3691

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

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。

7月は・・・ けんさんぴんしょうれいげっかん 県産品奨励月間です

身の周りのものは県産品を意識して使うようにしよう
という沖縄県全体での取り組みです。
もちろん、その中には食べ物も含まれています。
今月の給食でもいろいろな県産品が登場します♪
ご家庭でも県産品をとり入れてみませんか？

カナダの日

南風原町は、カナダのレスブリッジ市と友好都市として交流を行ってきました。7月1日はそんなカナダの建国記念日です！そのため、この日の給食は「カナダ献立」です♪この機会にご家庭でもカナダ料理を作ってみてはいかがでしょうか？

	1(金) カナダの日
こんだて	チキンのメープル焼き 牛乳 コッペパン シーフードチャウダー
あか	ぎゅうにゅう、とりにく、バサ、あさり、むえんせきウインナー、白いんげん豆、だっしふんにゅう
き	こむぎこ、さとう、メープルジャム、じゃがいも、マーガリン
みどり	にんにく、たまねぎ、にんじん、パセリ、マッシュルーム

	4(月)	5(火)	6(水)	7(木) 七夕	8(金)
こんだて	牛乳 マーミナチャンプルー ごはん なすのみそ汁	オレンジ（幼・中） 牛乳 カップもずく クファジューシー 豆腐ハンバーグ	ほうれん草オムレツ 牛乳 チキンとパパイヤのトマト煮 コッペパン きなこあげパン(北丘小)	七夕ゼリー 牛乳 厚揚げのアーサあんかけ しそごはん ビーフン汁	牛乳 ポークシュウマイ 納豆みそ ごはん につけ
あか	ぎゅうにゅう、ぶたにく、ツナ、とうふ、わかめ、みそ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、あぶらあげ、こんぶ、かまぼこ、もずく、とりにく、とうふ	ぎゅうにゅう、きなこ、とりにく、だいず、たまご、だっしふんにゅう	ぎゅうにゅう、あつあげ、アーサ、たまご	ぎゅうにゅう、ぶたにく、あつあげ、こんぶ、ちくわ、ツナ、みそ、なっとう
き	こめ、だいずあぶら	こめ、むぎ、だいずあぶら、らーど、でんぷん、さとう	こむぎこ、さとう、だいずあぶら、こくとう、さんおんとう、アーモンド、じゃがいも、でんぷん	こめ、さんおんとう、でんぷん、ビーフン、さとう、だいずあぶら	こめ、さんおんとう、だいずあぶら、ぱんこ、でんぷん、さとう、こむぎこ
みどり	にんじん、もやし、きくらげ、からしな、なすにんにく、モーウイ、ながねぎ、こまつな	にんじん、ねぎ、しいたけ、たまねぎ、シークワサー、オレンジ	パパイヤ、にんじん、たまねぎ、とまと、にんにく、えだまめ、ほうれんそう	しそ、しめじ、だいこん、ねぎ、ピーマン、きいろピーマン、にんじん、しょうが、パイン	こんにゃく、にんじん、とうがん、だいこん、いんげん、にら、たまねぎ、しょうが

	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)
こんだて	オレンジ（小） 牛乳 ひじきいため ごはん 豆腐のみそ汁	チリコンカン 牛乳 コーンスープ コッペパン きなこあげパン（翔南小）	牛乳 紅芋かりんとう ごはん とうがんのそぼろ煮	牛乳 ジャージャー麺(具) めん 中華スープ	牛乳 フルーツポンチ ごはん 夏野菜カレー
あか	ぎゅうにゅう、ツナ、ひじき、ぶたにく、とうふ、わかめ、みそ、	ぎゅうにゅう、きなこ、むえんせきベーコン、だっしふんにゅう、カルパンゾー、レッドキドニー、マローファットピース、だいず、ぶたにく	ぎゅうにゅう、ぶたにく、ぶたレバー、だいず、あつあげ、	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とりにく、だいず、ぶたレバー、みそ、とうふ、	ぎゅうにゅう、とりにく、かんてん
き	こめ、だいずあぶら、さんおんとう	さとう、さんおんとう、こくとう、アーモンド、じゃがいも、マーガリン、こむぎこ、だいずあぶら	こめ、だいずあぶら、さんおんとう、でんぷん、べにいも、ごま	こむぎこ、しょくぶつゆし、だいずあぶら、さんおんとう、でんぷん、ごまあぶら、ごま	こめ、じゃがいも、だいずあぶら、こむぎこ
みどり	だいこん、もやし、にんじん、えだまめ、たまねぎ、こまつな、オレンジ	たまねぎ、にんじん、パセリ、にんにく、マッシュルーム、コーン、ピーマン、トマト、	とうがん、にんじん、たまねぎ、こまつな、えだまめ、	にんにく、にんじん、たまねぎ、たけのこ、しいたけ、ねぎ、からしな、	にんじん、たまねぎ、なす、ピーマン、かぼちゃ、にんにく、パイン、みかん、おうとう、ようなし、ぶどう、チェリー

	18(月) 海の日	19(火) 食育の日	20(水) 一学期終了式
こんだて		チーズ 牛乳 タコライス(具) ごはん もずくスープ	シークワサーソルベ 牛乳 県産カジキフライ パパイヤの炊き込みご飯
あか		ぎゅうにゅう、ぶたにく、だいず、ぶたレバー、チーズ、もずく、とうふ、	ぎゅうにゅう、ぶたにく、かまぼこ、かじき、あぶらあげ
き		こめ、だいずあぶら、さとう	こめ、だいずあぶら、ぱんこ、でんぷん、さとう
みどり		たまねぎ、にんじん、コーン、ピーマン、バジルねぎ、あかピーマン、トマト、えのき、しょうが	にんじん、パパイヤ、えだまめ、しいたけ、シークワサー

食と子どもの健康展

沖縄県学校給食会ホームページにて掲載♪
『食と子どもの健康展2022』で検索！

期間：令和４年７月１日～３月末
内容：・給食センターについて
・県産食材のレシピ
・調理員さんの紹介
・生産者の紹介

	8/29(月) 中学校のみ	30(火) 中学校のみ	31(水) 中学校のみ	9/1(木)	9/2(金)
こんだて	牛乳 ビビンバ丼(具・錦糸卵) ごはん わかめスープ	牛乳 くるまふナゲット たきこみごはん 根菜のみそ汁	牛乳 ヨーグルト キャベツのメンチカツ スパゲティナポリタン	牛乳 フルーツポンチ ごはん チキンカレー	サーターアンダギー 牛乳 にんじんイリチー 黒米ごはん なかみ汁
あか	ぎゅうにゅう、ぶたにく、ぶたレバー、だいず、たまご、ちくわ、とうふ、わかめ	ぎゅうにゅう、とりにく、あぶらあげ、とうふ、みそ	ぎゅうにゅう、むえんせきベーコン、とりにく、ぶたにく、ヨーグルト	ぎゅうにゅう、とりにく、だっしふんにゅう	ぎゅうにゅう、ぶたにく、なかみ、ツナかまぼこ、たまご
き	こめ、だいずあぶら、さんおんとう、ごま、ごまあぶら、でんぷん	こめ、むぎ、だいずあぶら、さといも、ふ、なたね油	スパゲティ、オリーブオイル、さんおんとう、ラード、さとう、でんぷん、なたね油	こめ、じゃがいも、だいず油、こむぎこ マーガリン、さとう	こめ、くろまい、だいず油、こむぎこ さとう、キャノーラ油
みどり	こまつな、にんじん、もやし、にんにく、だいこん、ねぎ、しょうが	しめじ、にんじん、こんにゃく、えだまめ、ねぎ、れんこん、だいこん、にんにく	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、ピーマン、トマト、にんにく、きゃべつ	にんじん、たまねぎ、グリンピース にんにく、トマト、みかん、パイン、黄もも ようなし、ぶどう、チェリー	しいたけ、こんにゃく、しょうが、にんじん たまねぎ、ピーマン、角切大根、にんにく