

食品群	体内ではたらく
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・・・ けんさんび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ましょう  
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？

こ ん だ て	4(月) <span style="color: red;">南小4-3、6-3</span>	5(火)	6(水) <span style="color: red;">南小6-4</span>	7(木) 七夕	8(金)
あ か	シークワサーゼリー マーマナチャンプルー ミックスナッツ ごはん ナスのみそ汁	オレンジ(幼・中) カップもずく クファージュシー 豆腐ハンバーグ	いちごジャム ほうれん草オムレツ チキンとパパイアのトマト煮 コッペパン きなこあげパン(北丘小)	七夕ゼリー 厚揚げのアーサあんかけ しそごはん ビーフ汁	納豆みそ ポークシュウマイ ごはん につけ
き	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
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、 <span style="color: red;">シークワサー</span>	にんじん、ねぎ、しいたけ、たまねぎ、シークワサー、オレンジ	パパイア、にんじん、たまねぎ、とまと、にんにく、えだまめ、ほうれん草、 <span style="color: red;">いちご、りんご</span>	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	こんにやく、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
こ ん だ て	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)
あ か	オレンジ(小) ひじきいため ごはん 豆腐のみそ汁	チリコンカン コーンスープ コッペパン きなこあげパン(翔南小)	紅芋かりんとう ごはん とうがんのそぼろ煮	ジャージャー麺(具) めん 中華スープ	フルーツポンチ ごはん 夏野菜カレー
き	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、カルバンゾー、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
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
こ ん だ て	18(月) 海の日	19(火) 食育の日	20(水) 一学期終了式	<div style="border: 2px solid black; padding: 10px;"> <h3 style="text-align: center; background-color: #333; color: white; margin: 0;">食と子どもの健康展</h3> <p style="text-align: center;">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！</p> <p style="text-align: center;">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</p> </div>	
あ か		チーズ タコライス(具) ごはん もずくスープ	シークワサーソルベ 県産カジフライ パパイアの炊き込みご飯		
き		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		
み ど り		こめ、だいずあぶら、さとう	こめ、だいずあぶら、ぼんこ、でんぶん、さとう		
こ ん だ て	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)
あ か	ピビンパ丼(具・錦糸卵) ごはん わかめスープ	くるまふナゲット たきこみごはん 根菜のみそ汁	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	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 にんじんイリチー 黒米ごはん なかみ汁
き	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
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、こんにやく、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、グリーンピース、にんにく、トマト、みかん、パイン、黄もようなし、ぶどう、チェリー	こめ、くろまい、だいず油、こむぎこ、さとう、キャノーラ油

こ ん だ て	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)
あ か	ピビンパ丼(具・錦糸卵) ごはん わかめスープ	くるまふナゲット たきこみごはん 根菜のみそ汁	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	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 にんじんイリチー 黒米ごはん なかみ汁
き	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
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、こんにやく、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、グリーンピース、にんにく、トマト、みかん、パイン、黄もようなし、ぶどう、チェリー	こめ、くろまい、だいず油、こむぎこ、さとう、キャノーラ油