

7、8月 予定こんだて表


 令和8年6月30日
 湯沢町学校給食センター

月	火	水	木	金
お知らせ	今月のズッキーニは湯沢町産を使用する予定です。 味わって食べましょう！ 	1 夏こそそのもう、おみそ汁！ 	2 よくかんで食べましょう！ 	3 セルフィッシュバーガーです！
・お米は湯沢町産です。 ・食育の日(毎月19日)前後は、郡市統一こんだてを実施します。 ・給食予定は、学校からのおたよりでもご確認ください。 ・献立は都合により変更となる場合がありますのでご了承ください。				
6 夏の野菜 オクラを味わおう！ 	7 ★セタこんだて★ 	8 夏が旬の野菜を食べよう！ 	9 朝ごはん、食べてきた？ 	10 スパイスで食欲アップ！
13 ひんやりおいしい冷凍みかん！ 	14 ごはんはエネルギーのもと！ 	15 旬の果物を味わおう！ 	16 ☆郡市統一献立☆ 今月のおはなし「さばの缶詰め、宇宙へ！」 	17 せっけんで手をあらいましょう
20 うみ 海の日 	21 トマトとみそでうま味がアップ！ 	22 どのデザートを食べましたか？ 	【7月の給食のめあて】 夏の健康のために必要な食事をしよう！ 	
8/31 (月) 3食しっかり食べよう！ 	栄養価と表示の見方 	8/26 (水) 2学期スタート！ 	8/27 (木) ハンカチ持ってる？ 	8/28 (金) 手をよく洗おう！
フルーツパンチ バンサンスー ちゅうかどん 	月平均 エネルギー／塩分 小学生 645kcal／2.3g 中学生 777kcal／2.9g 上段 小学生： エネルギー 塩分 下段 中学生： エネルギー 塩分 赤の食品(血や肉になる食べ物) 黄の食品(体を動かすもとになる食べ物) 緑の食品(体の調子を整える食べ物)	ヨーグルト コーンソテー チキンカレーライス 	しらたきのツルツルサラダ とりにくのからあげ たまねぎのみそ汁 	ミルメークコーヒー コールスローサラダ ミートボールのケチャップソース アップルパン ミネストローネ
牛乳 ぶたにく あつあげ うすらたまご 米 おおむぎ 油 さとう ごま油 かたくりこ はるさめ ごま ももゼリー サイダー にんじん たまねぎ はくさい ししいけ メンマ きくらげ もやし きゅうり もも みかん バイン		牛乳 とりにく チーズ ロースハム ヨーグルト 米 おおむぎ 油 じゃがいも たまねぎ にんじん ぶなしめじ キャベツ もやし とうもろこし	牛乳 とりにく ツナ 油あげ わかめ みそ 米 さとう ごま油 かたくりこ あげ油 いとこんにやく ノンエッグマヨネーズ ごま キャベツ きゅうり かぼちゃ なす にんじん とうもろこし ねぎ	牛乳 ミートボール とりにく 牛乳 さとう ノンエッグマヨネーズ じゃがいも 油 ミルメークコーヒー アップルチップ キャベツ にんじん きゅうり にんにく セロリ たまねぎ ピーマン えだまめ トマト