

令和6年7月給食盛り付け表

上道学校給食センター
(小学校用)

年 組 名 前

なつ ひざ あ そだ やさい いろ
～夏の日差しをたっぷり浴びて育った野菜は、色あざやかでみずみずしく、
あつ しょくよく お なつ えいよう
暑くて食欲が落ちやすい夏にとりたい栄養がいっぱいです。～

7月の給食目標

なつ しょくじ
夏の食事について
かんが
考えよう！



1日（月） とうがん ず 冬瓜のごま酢あえ あなご ごはんの具 ごはん そうめん汁 あなごごはん	2日（火） こぎかな 小魚のアーモンドがらめ ミニトマト ごはん 厚揚げの中華煮 ちゅうかに ミントマト あつあ ごはん	3日（水） うどん わらびもち うどん さわらのゆかり揚げ きゅうりのからしあえ おろしぶっかけうどん	4日（木） す 酢のもの れいとう 冷凍みかん ごはん むぎ 麦ごはん ごもくめ 五目豆	5日（金） なすとかぼちゃのチーズ焼き ごはん やさい 野菜スープ スイートポテトパン
8日（月） なんばんづ あじの南蛮漬け てづく うめ 手作り梅ひじき ふりかけ ごはん オクラの しる みそ汁	9日（火） にゅうさんきんいんりよう 乳酸菌飲料 だいこん 大根サラダ カレーうどん ごはん なつやさい 夏野菜のカレーライス	10日（水） ちゅうか 中華めん れいとう 冷凍パイン ゴーヤチャンプルー しお 塩ラーメン	11日（木） とりめしの具 はんぺんの じる すまし汁 ごはん とりめし	12日（金） マーマレード こうそう こや さけの香草パン粉焼き ごはん ラタトゥイユ こめこ 米粉パン
15日（月） うみ ひ 海の日 ごはん	16日（火） わか 若どりのしょうが煮 しる みそ汁 ごはん	17日（水） ソフトめん ソフトめん ジャーマンポテト トマトソースめん	18日（木） しろみぎかな 白身魚のごまがらめ じる いもち汁 ごはん	19日（金） しゅうぎょうしき 終業式 ごはん