



7月

給食カレンダー

こんげつ
もくひょう
今月の目標

じほさんぶつ

地場産物に
ついて知ろう！



ほっかいどう
北海道
ちず
の地図



とうじつ 当日の食材の産地

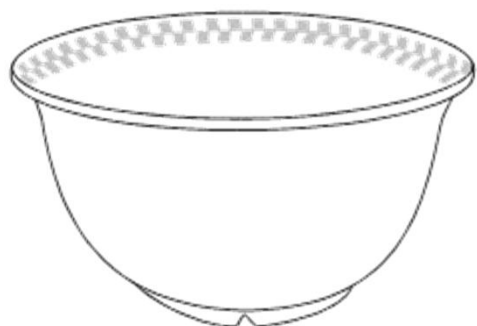
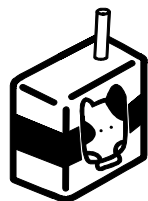
はとどこにあるか調べてみてね

7月1日(水)

きょうのこんだて



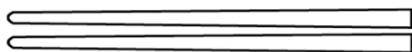
さくらんぼ2こ



ひやしラーメン



とかちだいずコロツケ



きょう 今日「さくらんぼ」で
いま しゅん す！今が旬のさくらんぼは、
しょか 「初夏のルビー」とも呼ばれ
よ ます。ちいさい実の中には、
み なか 体を元気にしてくれる栄養が
からだ げんき たくさんつまっています。た
えいよう ねに気をつけて、味わって食
あじ た べましょう。

7月2日(木)

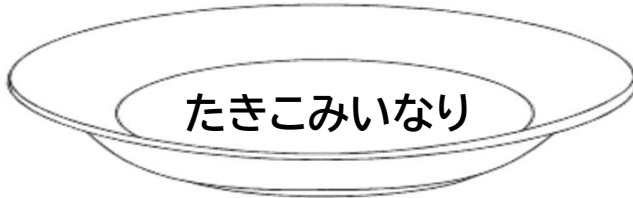
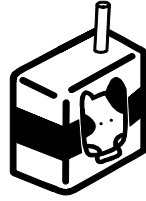
きょうのこんだて



のり



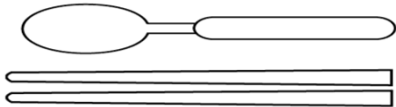
からしあえ



たきこみいなり



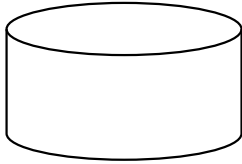
ほっけフライ



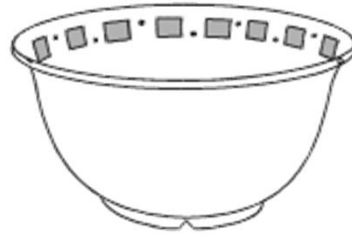
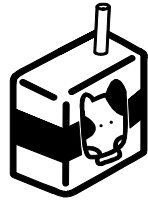
ほっけは、^{からだ}体をつくる「た
んぱくしつ」や、^{ほね}骨を^{つよ}強くす
る「カルシウム」がたくさん
^{はい}入っています。身が^みやわらか
く、^みうま味がたっぴりつまっ
ています。サクサクのほっけ
フライ、^たのこさず食べましょ
う！

7月3日(金)

きょうのこんだて



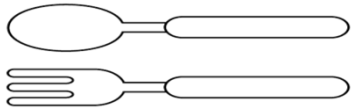
おきなわパインゼリー



わかめスープ



タコライス



タコライスは、メキシコ料理の「タコス」の具材を、ごはんの上^{うへ}にのせた沖縄県生まれ^{おきなわけん}の料理^{りょうり}です。スパイシー^{あじつ}に味付け^{あじつ}したお肉^{にく}と、たっぷり^{あじつ}の野菜^{やさい}の相性^{あいしょう}がバツグンです。ごはん^{ごはん}と具^ぐをスプーン^{スプーン}でよくまぜて^{まぜ}食べ^たましょう！。

7月6日(月)

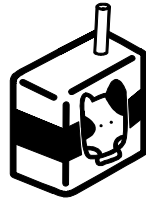
きょうのこんだて



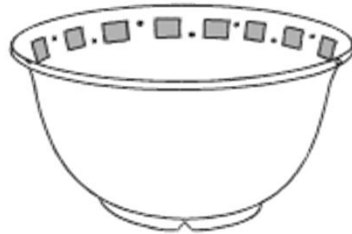
れいとうみかん



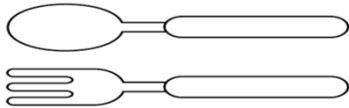
もやしのごまサラダ



コッパン



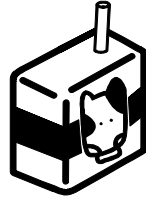
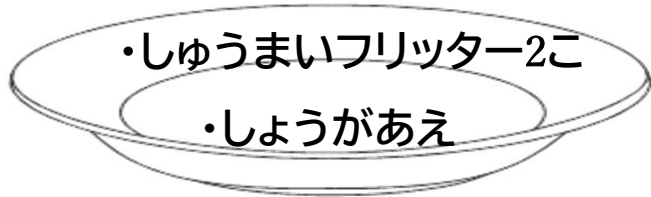
ベーコンシチュー



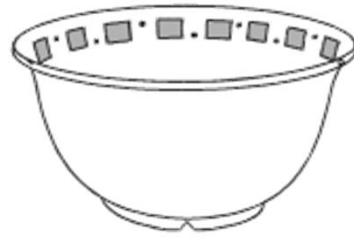
^{てあら}手洗いはしっかりとしてい
ますか？手にはバイキンがた
くさんついています。そのま
まの^て手でパンをたべると、お
なかがいたくなくなってしまうこ
とも…。^{ただ}正しい^{てあら}手洗いをして、
きれいな^て手でたべましょう！

7月7日(火)

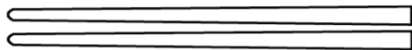
きょうのこんだて



ごはん



さつまじる



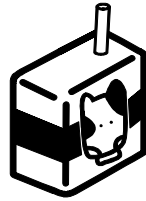
さつま汁は、^{じる}鹿児島県に^{つた}伝
わる^{きょうどりょうり}郷土料理です。^{とりにく}鶏肉や^{やさ}さ
つまいも、^{きせつ}季節の^{やさい}野菜をたく
さん使った、^{つか}具だくさんで^{えい}栄
養^{よう}まんてんのみそ汁です。^{しる}塩^{えん}
^{ぶん}分ほきゅうにもなるので、
しっかりのみましよう。

7月8日(水)

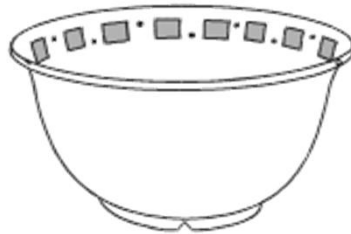
きょうのこんだて



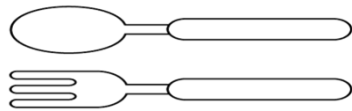
にんじんとコーンのサラダ



パスタ



ミートソース



きょう 今日のにんじんは「七飯町 ^{ななえ} **七飯町** ^{さん} **産**」です。七飯町では、町全 ^{まちなか} **体**で農薬 ^{のうやく} をへらす工夫 ^{くふう} をして ^{びょうき} **います**。病気 ^{からだ} から体 ^{まも} を守る ^{べーた} 「**β-カロテン**」という栄養 ^{えいよう} が ^{ふく} **たくさん** 含まれています。

7月9日(木)

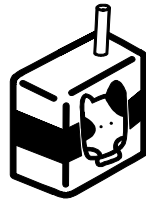
きょうのこんだて



フードリサイクル給食(レタス)

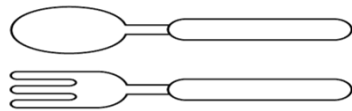


おうとうかん



レタスいり
やきがたチャーハン

しろはなまめコロツケ

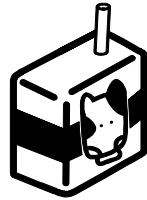


レタスはあつさによわく、
すずしい^{ぼしょ}場所でよく^{そだ}育つため、
^{ひょうこう}標高のたかい^{ぼしょ}場所や^{ほっかいどう}北海道で
よくとれます。かねつすると
^{ちゃいろ}茶色くなりやすいので、^{きゅうしょく}給食
ではさいごにレタスをいため
るようにしています。



7月10日(金)

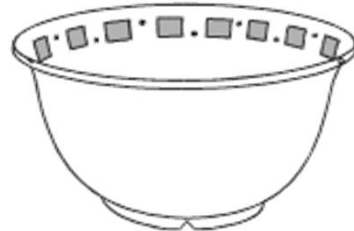
きょうのこんだて



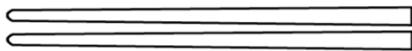
いそあえ(こまつな・もやし)



とりてんどん



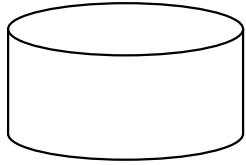
みそしる
(じゃがいも・たまねぎ・わかめ)



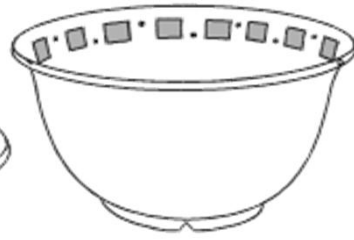
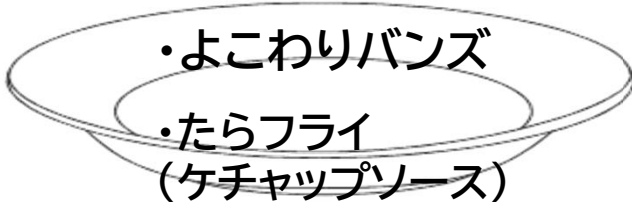
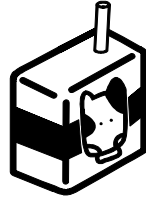
きょう 今日のごまつなは「札幌 さっぽろ 産」さんです。札幌は北海道で一番 さっぽろ ほっかいどう いちばん 取れる場所なんです。骨 ほね を強くするカルシウム つよ や鉄分 てつぶん がたっぷり あま で、甘くてみずみずしいのが特徴 とくちょう です。あじわって食べ た ましょう。

7月13日(月)

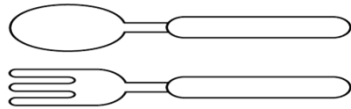
きょうのこんだて



アイスクリーム



ポテトスープ



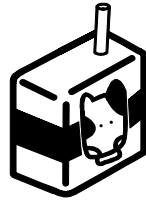
みんなが大好きなアイスクリー
ムの登場です！原料の牛乳は「豊富町産」です。
添加物などをつかっていないので、溶けやすくなっています。溶けないうちに、おいしく食べましょう！

7月14日(火)

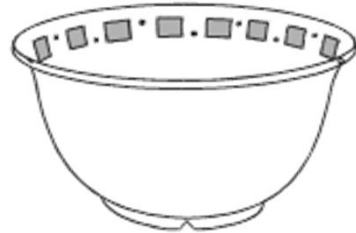
きょうのこんだて



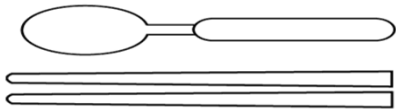
•あげぎょうざ
(5.6年生と先生は2本)
•たたききゅうり



ごはん



とうふのカレーソース



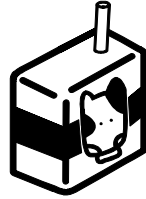
きょう 今日きょうのきゅうりは「砂川・
すながわ 奈井江町産ないえちょうさん」です。きゅうり
には、体からだにこもった熱ねつをにが
し、涼すずしくしてくれるはたら
きがあります。シャキシャキ
とした歯はごたえたのを楽しみなが
ら食たべましょう！

7月15日(水)

きょうのこんだて



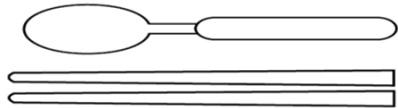
すいか



ピリカラひやしラーメン



きなこポテト



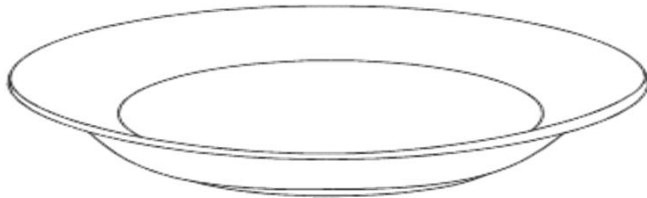
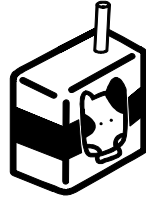
きょう
今日は「すいか」です！。
ほっかいどう
北海道のすいかは、ひるよる
昼と夜の
きあん さ おお
気温の差が大きいので、おど
ろくほどあま
甘くそだつのがとくちょう
特徴
です。実のほとんどがすいぶん
水分な
ので、すいぶん
水分ほきゅうやねっちゅうしょう
熱中症
のよぼう
予防にぴったりのくだもの
果物です。

7月16日(木)

きょうのこんだて



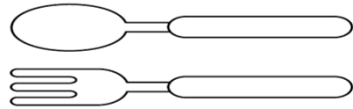
フルーツミックス



ほうれんそうピラフ



チキンナゲット2こ



きょう 今日^{きょう}のほうれんそうは「**札幌**^{さっ} **産**^{ぽろ}の**ポークスター**」です！
ポークスターは札幌^{さっぽろ}のフランド^{きよたく}ほうれんそうで、清田^{きよた}区や^{みなみく}南区^{つく}で作られています。苦^{にが}みが少^{すく}ないので、おいしく食^たべ
ましょう！

7月17日(金)

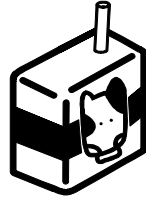
きょうのこんだて



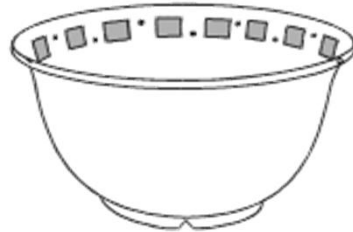
ほっかいどう た
北海道を食べよう!



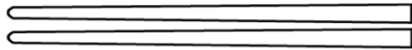
れいとうみかん



ポークチャップどん



みそしる
(だいこん・あぶらあげ)



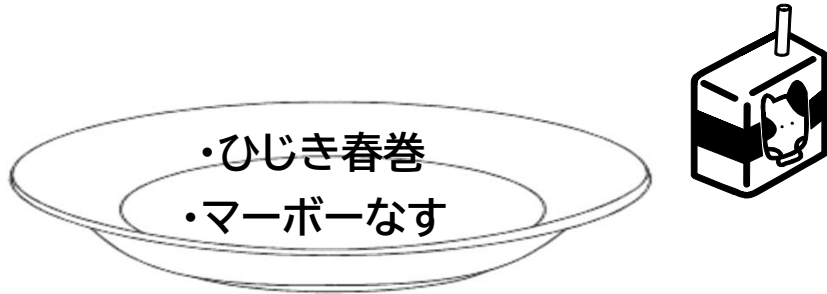
たい かい ほっかいどう
第2回「北海道をたべよ
う」です。今日は^{きょう}砂川市^{すながわし}のご
とうち
当地グルメ「ポークチャッ
フ」を給食風^{きゅうしょくふう}にアレンジした
ポークチャップ^{どん}丼です。
ほうそうをみたあとはアン
ケートにこたえてね。

7月21日(火)

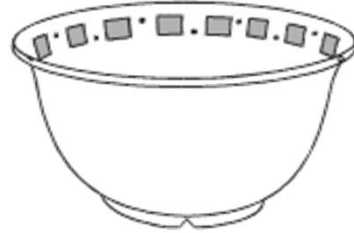
きょうのこんだて



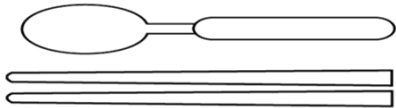
こうえんしょう たきのしゆくはくがくしゅう
公園小5年滝野宿泊学習



ごはん



こまつなスープ



なすの旬は夏です。「ナス
ニン」という栄養素には、日
焼けなどで細胞が傷つくのを
防ぐはたらきがあります。
マーボーナスは量が少ないの
で、盛りつけるときは気をつ
けましょう。

7月22日(水)

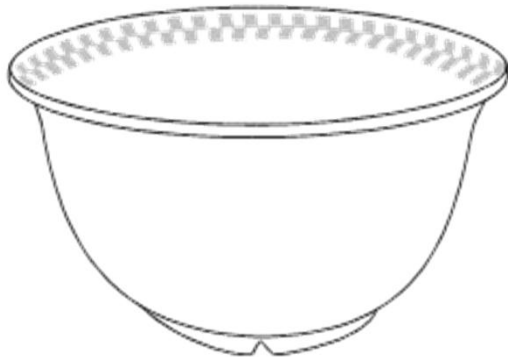
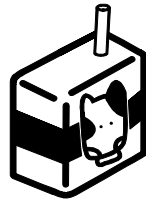
きょうのこんだて



こうえんしょう たきのしゆくはくがくしゅう
公園小5年滝野宿泊学習



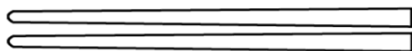
パインかん



ひやむぎ



フレンチポテト



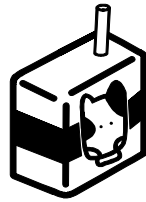
ひやしめんのスープは、あたたかいめんのスープよりも味^{あじ}をこいめにつくっています。めんと具^ぐはしっかりとたべて、スープはなるべくのこしまし^{あせ}ょう。汗^{あせ}をたくさんかいた人は、少^{すこ}しならのんでもOK!

7月23日(木)

きょうのこんだて



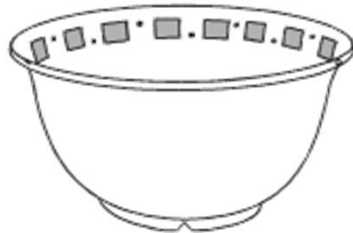
こうえんしょう ふりかえきゅうぎょうび
公園小5年振替休業日



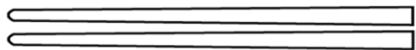
メンチカツ



ひじきごはん



みそしる
(こうやどうふ・こまつな)



じばさんぶつ
～地場産物クイズ～

じばさんぶつ
地場産物のよいところはなに？

- ① しんせん
- ② えいようまんてん
- ③ かんきょう環境にやさしい

つぎ
こたえは次のページ！

こたえ ①②③^{ぜんぶ}全部です

^{みじか}身近な場所^{ばしょ}でとれたものは、すぐたべることができるので
しんせんでえいようまんてんです。

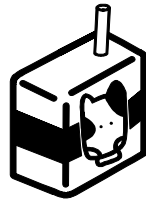
そして、とおい^{ばしょ}場所にトラックを^{つか}使ってとどけなくてよいので、
^{かんきょう}環境にもやさしいのです。

7月24日(金)

きょうのこんだて



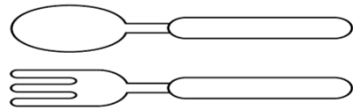
がっきしゅうぎょうしき
1学期終業式



カレーライス



こまつなと
ベーコンのサラダ



きゅうしょく
給食をとおして、マナーを
みに
身に付けたり、にがて
苦手なものに
もチャレンジしてみたり、ひ
とつはじぶん
自分で「できた！」と
おも
思えたことはあったでしょう
か。なつやす
夏休みはゆっくり休んで、
やす
2学期元気に会いましょう！
がっきげんき
あ

こんげつ
今月の目標

じほさんぶつ
地場産物についてしよう



もくひょう
目標のふりかえり

じほさんぶつ
**地場産物にはどんな
いいことがありまし
たか？**



こんげつ
今月は、どんな

じほさんぶつ
地場産物がでてきたかな？

