



月	火	水	木	金
21	22	23	24	25
むぎめし 麦飯	こめこしょう 米粉小コッペパン	ごはん	ごはん	ごはん
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳
なつやさい 夏野菜カレー	アサとエビのトマトスープ	かんこくふう 韓国風すきやき	みそ汁	しこどうふ 四湖豆腐
ふくじんづけ 福神漬	たまご 卵ロール	さんしよく 三色あえ	はるさめ マーボー春雨	やさいはるまき 野菜春巻
すいか	ブロッコリー・レタス・あえ		オレンジ	
	アーモンド			
28	29	30	31	給食開始は 8月21日(月)です。 三角巾・エプロン・ ランチマットが必要に なります。 準備をお願いします。
ごはん	ごはん	ごはん	こめこ 米粉コッペパン	
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳	
かいに 海ぞく煮	ルオボタン	にくに 肉じゃがのみそ煮	カレースープ	
きりほしだいこん かい 切干大根と海そうのあえもの	ぶたにく 豚肉のコチュジャンいため	にしんおろし煮	やさい 野菜コロッケ	
	プリン	グレープフルーツ(ピー)	おんやさい 温野菜(ソースあえ)	
			バナナ(1/2本)	



きゅう しよく
給食だより



こんげつ もくひょう
今月の目標

しゅん た もの し
旬の食べ物を知ろう



「旬」とは自然の中でふつうに育てた野菜や果物がとれる季節や、魚がたくさんとれる季節のことで、食べ物によってその時期は違いますが、いちばんおいしくて栄養もたっぷりです。8月は、トマトやきゅうりなどの夏野菜、メロンやももなどの果物、カツオやアジの魚が旬をむかえます。果物狩りをしている場所もあると思うので、ぜひ旬の食べ物に触れてみてください。



