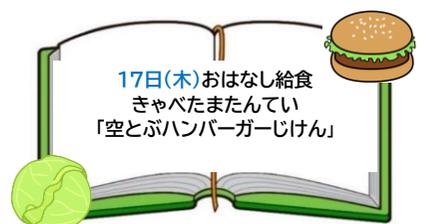


令和7年度
7・8月 こん立表
笠松町学校給食センター

暑さの厳しい夏がやってきました。夏バテをしないように元気に過ごしましょう。特に、夏休みは生活リズムが乱れやすい時期です。食生活を整えて、元気に夏を乗り切りましょう。



1日(火)地場産給食
ちあゆ
笠松の木曾川長良川下流漁業組合の方に協力していただき、岐阜県産のちあゆを給食に取り入れました！

給食に関する情報を見ることが出来ます。
7日(月)七夕給食
天の川汁と七夕ゼリーが登場します。

18日(金)食育の日
岐阜県の食材を使った献立

【7月】	1日(火) 小 630・中 736kcal ちあゆのあげに すいか なつやさいのみそ汁 ごもく とりごぼうごはん	2日(水) 小 545・中 669kcal いっしょくごさかな ちゅうかサラダ(ド) あげぎょうざ ごもくしょうゆラーメンのしる 中かめん	3日(木) 小 622・中 782kcal グリーンサラダ(ド) なつやさいのミートグラタン レタスのスープ くろパン	4日(金) 小 591・中 736kcal ゆかりふりかけ くじょうみそチキン キャベツのしおこんぶあえ さわにわん むぎごはん	
	7日(月) 小 643・中 768kcal たなばたゼリー さんしょくそぼろごはんのぐ ごしきあえ あまのがわじる むぎごはん	8日(火) 小 638・中 793 kcal さばのたつたあげ ほうれんそうと もやしのごまあえ だいこんとはくさいのみそしる むぎごはん	9日(水) 小 601・中 764kcal はちみつゼリーポンチ イタリアン ミートスパゲッティ こがたコッパン	10日(木) 小 690・中 873kcal いちごジャム ツナサラダ(マ) とりにくのハニーマスタードやき パンクキンポタージュ 食パン	11日(金) 小 647・中 793kcal ぶたにくのあんからめ ひじきのいために けんちんじる むぎごはん
	14日(月) 小 645・中 789kcal ココアまめ えだまめのしおゆで なつやさいカレー むぎごはん	15日(火) 小 571・中 675kcal あじのちゅうかやさいあんかけ パイナップル ワンタンスープ キムチチャーハン	16日(水) 小 563・中 713kcal きんぴらごぼう とうふのでんがく おやこうどんのしる うどん	17日(木) 小 597・中 751kcal ダイコンけいびのサラダ(ド) ハンバーグのケチャップソース キャべたまたんていのスープ バーガーパンズ	18日(金) 小 614・中 743kcal とりにくとなすのくろずあんかけ ぎふこまつなのナムル トマトのちゅうかたまごスープ むぎごはん

【8月】

夏の食生活ポイント

- ☆生活リズムを大切にしよう
- ☆1日3食しっかりとろう
- ☆つめたいものとりすぎに注意

わたしたちが
7月8日(火)
R6年度松枝小給食委員会
テーマ：和食給食
昨年度の松枝小学校の給食委員会活動で、主食・主菜・副菜の栄養バランスを考えた献立を取り入れました！
かんがえました！

～8月31日は「野菜の日」～
実は夏が一年で一番野菜が不足する季節です。
給食では、8月28日に野菜をたくさんとれるメニューにしました。毎日野菜を意識してとりたいですね。

1日350gの野菜を食べよう！
350

25日(月) 小 707・中 839kcal とうにゅう アイスクリーム コーンサラダ(ド) ポークカレー むぎごはん	26日(火) 小 568・中 690kcal ピピンバのぐ (やさい) ピピンバのぐ(肉) はるさめスープ むぎごはん	27日(水) 小 714・中 911kcal かいそうサラダ(ド) あおりのポテト ぎふだいのミートソース ソフトスパゲッティ	28日(木) 小 619・中 747kcal キャベツのソテー こがたチーズロールパン やさいたっぷりポトフ きなこパン	29日(金) 小 651・中 800kcal にくじゃが さけのみそマヨネーズやき のっぺいじる むぎごはん
--	--	---	--	--

少年写真新聞社©Sedoc ☆学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により、県・町・JAグループの一部助成を受けています。塩分量の月平均は、小学校 2.6g、中学校 3.3gです。