

令和8年

7月もいっつけ表

児島学校給食共同調理場K(中)

給食の月目標

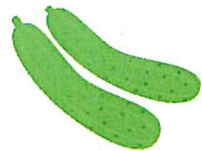
好き嫌いをなく食べよう

献立のねらい	指導用資料	月	火	水	木	金
自分の食事内容を見直し、六つの基礎食品を考慮したバランスのとれた食事ができる。	(掲) 好き嫌いをなく食べよう	おさらのしゅるい おおさら ちやわん しるわん はし スプーン		1 さけの塩こうじ焼き 切干大根の煮つけ 牛乳 じゃがいもみそ汁 ごはん	2 冷凍みかん 冷めんのタレ 揚げ春巻き 牛乳 ちゅうかめん 冷めんの具	3 行事食「七夕」 若鶏の梅みそ焼き 小松菜のおひたし 牛乳 ごはん 七夕すまし汁
旬の食材を料理に取り入れることで、食生活が豊かになることを知り、味わって食べることができる。	10日(金) 配信 (配) 水分補給	6 ホキの南蛮漬け キャベツのあえ物 牛乳 玄米入りごはん とうがん汁	7 フルーツミックス 牛乳 パン ポークビーンズ	8 寒天サラダ 牛乳 ごはん 夏野菜のカレーライス ルウ	9 世界の料理「韓国」 韓国のり きゅうりのナムル 牛乳 ごはん 豚キムチ豆腐	10 季節の食材「かぼちゃ」 焼きししやも かぼちゃのそぼろ煮 牛乳 ごはん 油揚げのみそ汁
1日に必要な野菜の摂取量を知り、進んで食べることができる。	(動) 野菜を食べよう 【Classroom>児島食育配信(中学校)】	13 季節の地場産物「なす」 みょうが入り酢の物 小魚のあまからめ 牛乳 ごはん なすのみそ豚丼の具	14 アセロラゼリー ミートサンドの具 牛乳 パン ビーンズスープ	15 若鶏のしょうがじょうゆからめ 茎わかめの酢の物 牛乳 ごはん えのきたけのすまし汁	16 ひじきとちりめのあえ物 牛乳 ごはん いり豆腐	

夏野菜を食べよう!



トマト



きゅうり



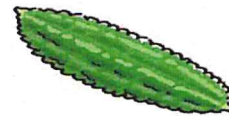
ピーマン



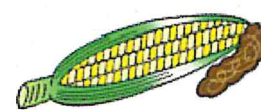
オクラ



なす



にがうり



とうもろこし



パプリカ



かぼちゃ