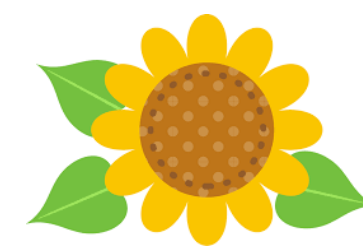





献立表



令和7年度
横島小学校給食室

| ひ | よう | しゅしょく | ぎゅう にゅう | おかず | ざいりょう | | | エネルギー たんぱくしつ | ひとくちメモ |
|----|----|-------|---|---------------------------------------|--|--------------------------------------|--|-----------------|-----------------------------------|
| | | | | | ねつやちからになる | ちやにくやほねになる | からだのちょうしをととのえる | | |
| 27 | すい | コッペパン |  | ナポリタン ビーンズサラダ みかんゼリー（ミニ） | ショートニング さとう スパゲティ ドレッシング | ぎゅうにゅう ポークウインナー チーズ ミックスビーンズ | コーン たまねぎ ピーマン にんじん しめじ キャベツ きゅうり | 615 23.0 | コッペパンは切り込みを入れているので、挟んで食べても美味しいです♪ |
| 28 | もく | むぎごはん |  | なつやさいのみそしる とりのてりやき れんこんのうめマヨサラダ | こめ むぎ さとう マヨネーズ | ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ ツナ いりこ とりももにく | かぼちゃ オクラ たまねぎ えのきたけ れんこん にんじん きゅうり しめじ | 641 25.9 | こんげつ 今月のみそ汁です。かぼちゃとオクラが入っています。 |
| 29 | きん | むぎごはん |  | にくじゃが ししゃものガーリックやき ごまあえ | こめ むぎ さとう じゃがいも つきこんにやく あぶら すりごま | ぎゅうにゅう あつあげ ぶたももにく ししゃも | にんじん たまねぎ えだまめ ほししいたけ たけのこ もやし キャベツ | 620 24.7 | 「ししゃも」はほねとたべらるため、カルシウムが豊富です☆ |

※都合により、献立や材料が変更になる場合があります。予めご了承ください。

夏休み生活の計画を立てよう！

朝寝、夜更かしなどで生活リズムも乱さずに過ごそう！

う食きちんと食べることに！

家庭での話し合いも大切にあることに！

外出時には行先と帰宅時間もはっきりさせることが大切！

クーラーの当たりあぎに注意することに！

子供たちが楽しそうに遊ぶ様子

★歯、目、耳などの治療や健診で指示された検査などは夏休みの間にすませましょう。