




7月分 給食献立表

大田区立志茂田小学校

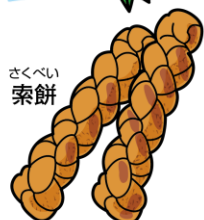
日	曜	献立	栄養量(中学年)		
			エネルギー kcal	たん白質 g	
3	月	タコライス ぎゅうにゅう きのこスープ くだもの	579	24.7	
4	火	ひやしぶたしゃぶうどん ぎゅうにゅう ちくわのいそべあげ 	631	28.9	
5	水	わかめごはん ぎゅうにゅう にくじゃがに こんぶサラダ くだもの	580	19.3	
6	木	パエリア ぎゅうにゅう スペインふうオムレツ ABCトマトスープ くだもの	584	25.5	
7	金	♪七夕給食&かみかみ給食♪ ちらしずし ぎゅうにゅう いかのかりんとあげ たなばたじる		591	27.0
10	月	♪バースデー給食♪ チキントマトスパゲティ ぎゅうにゅう グリーンサラダ ピーチケーキ		664	23.6
11	火	こうやどうふのそぼろどん ぎゅうにゅう ごまあえ いなかじる	586	25.6	
12	水	ツナピザドック ぎゅうにゅう ポトフ コーンサラダ くだもの	579	24.4	
13	木	なつやさいのカレーライス ぎゅうにゅう かいそうサラダ ゆでとうもろこし	697	22.7	
14	金	じゃこえだまめごはん ぎゅうにゅう さかなのピリからやき とんじる くだもの	594	31.9	
18	火	プルコギどん ぎゅうにゅう にらたまスープ キラキラゼリー	597	24.3	
19	水	♪セレクト給食♪ パンプキンパン セレクトドリンク マカロニのクリームに パリパリポテトサラダ		615	22.2

都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。
食物アレルギーのある児童は、詳細献立を毎日チェックしてください。

7月13日(木)1時間目に2年生がとうもろこしの皮むきを行います。
給食室でゆでて、給食に出ます!



7/7 七夕「そうめん」に込める願い



七夕には、「そうめん」を食べて邪気を払い、無病息災を願う風習があります。これは、中国の伝説と食べ物に由来するもので、もとはそうめんではなく、「索餅」というお菓子が食べられていました。索餅は、小麦粉や米粉に水を加えて練り、縄のような形にねじったもので、そうめんの原型とされています。



そうめんは具だくさんにすると、栄養のバランスが良くなります!

はやね・はやおき・あさごはんをこころがけよう!!

給食の前はよく手をあらおう!!当番はマスクをします。