

清潔な「食具」を  
忘れずに持参  
しましょう。

毎日、「はやね・はやおき・あさごはん」を実践しましょう!



## 7・8月予定献立表

月	火	水	木	金
<p><b>今月の平均栄養量</b></p> <p>エネルギー：807kcal たんぱく質：32.5g 脂質：27.4g カルシウム：404mg 鉄：4.5mg ビタミンC：33mg 食塩：3.1g 食物繊維：6.2g</p>	<p><b>今月の地場産品</b></p> <p>☆玉ねぎ ☆みそ ☆小松菜 ☆米粉パン ・豆腐 ・油揚げ ・パプリカ ・卵 ・わかめ ・なめこ ・ズッキーニ ・チンゲンサイ ☆：岩沼産</p>	<p><b>給食で使用する今月の旬の食品</b></p> <p>・オクラ ・冬瓜(とうがん) ・きゅうり ・とうもろこし ・ズッキーニ ・ピーマン ・パプリカ ・トマト</p>	<p><b>放射性物質検査結果</b></p> <p>6月に実施した給食食材の検査では、放射性物質は検出されませんでした。詳しくは、岩沼市のホームページをご覧ください。 ※令和2年度から一学期に1回の測定になりました。</p>	<p>1 <b>201和久綾汰さん考案献立</b></p> <p>ごはん アジの南蛮漬け 海藻サラダ 夏野菜のスープ 牛乳</p> <p style="text-align: center;">漁業賞</p> <p>773/29.5/22.6/3.6</p>
<p>4 <b>七夕献立</b></p> <p>☆ハヤシライス そうめんサラダ キラ星ゼリー 牛乳</p> <p>☆・・・リクエストBOXより</p> <p>915/30.7/24.8/2.9</p>	<p>5 <b>202渋谷里衣さん考案献立</b></p> <p>米粉ベーグル 味付きゆで卵 チョレギサラダ 甘辛ビビンうどん 牛乳</p> <p>ワールド賞</p> <p>845/46.0/29.9/3.5</p>	<p>6</p> <p>3年生のみ</p> <p><b>お弁当の日</b></p> <p>7/6(水),7/7(木)は、1年生「松島野外活動」 7/6(水)~7/8(金)は、2年生「職場体験学習」のため、給食なしです。</p>	<p>7</p> <p>3年生のみ</p> <p><b>お弁当の日</b></p>	<p>8</p> <p>ごはん 肉団子の甘酢あん きゅうりとメンマの ラー油漬け 春雨スープ 牛乳</p> <p>1、3年のみ給食</p> <p>773/26.1/18.3/3.1</p>
<p>11 <b>201佐藤達紀さん考案献立</b></p> <p>ごはん トンカツ 元気サラダ ABCスープ 牛乳</p> <p>ふるさと賞</p> <p>847/29.6/29.8/2.1</p>	<p>12 <b>201香味夢花さん考案献立</b></p> <p>ピタパン タコス メキシカンサラダ 夏野菜のスープ 冷凍パイ 牛乳</p> <p>軽部賞</p> <p>774/34.6/32.6/4.3</p>	<p>13 <b>7・8月お誕生日献立</b></p> <p>ごはん 春巻き チャプチェ わかめスープ お誕生日デザート 牛乳</p>	<p>14 <b>201佐藤翔世さん考案献立</b></p> <p>バターロール デミグラスハンバーグ アメリカンサラダ ミネストローネ 牛乳</p> <p>畜産賞</p> <p>801/29.0/35.0/4.2</p>	<p>15 <b>食育の日献立</b></p> <p>ごはん 鶏肉の薬味ソース 小松菜と えのきのお浸し 八杯汁 牛乳</p> <p>758/33.8/18.1/2.4</p>
<p>18</p> <p><b>海の日</b></p>	<p>19 <b>202中鉢心月さん考案献立</b></p> <p>ナン タンドリーチキン カチュンバル ラッサム フローズンヨーグルト 牛乳</p> <p>北中大賞</p> <p>742/41.2/25.1/1.8</p>	<p>20</p> <p><b>お弁当の日</b></p>	<p>給食着は、洗濯をして7月中に担任まで提出してください。</p>	<p>8月26日</p> <p><b>お弁当の日</b></p>
<p>8月29日</p> <p>セルフビビンバ丼</p> <p>ごはん ☆肉炒め 塩だれナムル ☆キムチスープ 牛乳</p> <p>☆・・・リクエストBOXより</p> <p>839/33.6/30.7/3.1</p>	<p>8月30日</p> <p><b>202高橋翔木さん考案献立</b></p> <p>クロワッサン チーズグラタン やみつき! うまうまきゅうり 野菜スープ ジョア</p> <p>ユニーク賞</p> <p>702/31.2/31.5/3.7</p>	<p>8月31日</p> <p><b>202佐藤味弥さん考案献立</b></p> <p>ごはん あじフライ (タルタルソース) 無限ピーマン そうめん汁 牛乳</p> <p>家庭科賞</p> <p>805/28.4/25.7/3.3</p>	<p>5、6月に2学年の家庭科の授業で「6つの基礎食品群を取り入れた給食の献立」を作成しました。校長先生、家庭科担当の森先生、2学年の先生方に協力いただき8つの賞を選びました。生徒が一生懸命考えた献立は、学校給食摂取基準を考慮した給食となって7、8月の給食で登場します。お楽しみに♪</p>	

※献立名の下の数字は、エネルギー(kcal)/たんぱく質(g)/脂質(g)/食塩相当量(g)を表します。※都合により献立を変更する場合があります。