

給食だより 7月号

令和7年6月27日(金)

南河原小学校 栄養教諭

7月の献立について

① 行事食について 「七夕」 4日(金)

ごはん、さばの塩焼き、ごまきゅうり

そうめんスープ、七夕ゼリー、牛乳

七夕の時期に現れる“天の川”を“そうめん”に見立てたスープになります。デザートには七夕の行事食にしか登場しない、“七夕ゼリー”が登場します。

② 献立に使用している旬の食材

ズッキーニ、かぼちゃ、冬瓜、きゅうり、にんにく、なす
さやいんげん、とうもろこし、枝豆、こんぶ、すいか



③ 初めて登場する献立 11日(金)

・「じゃが芋のカレーそばろ煮」

揚げたじゃが芋を、豚ひき肉や玉ねぎ等を炒めて作ったそばろと合わせます。カレー粉を使用することで、夏場でも食べやすい味付けにしています。

④ その他

7月より通常の塩のほかに「粗塩」を使用します。粗塩は通常の塩よりもミネラルが豊富で、成長期に必要な栄養素を摂取することができます。

【給食費 □座振替日について】

第2期(6月分) □座振替日: 7月31日(木)

第3期(7月分) □座振替日: 9月1日(月)

振替日までに、登録した口座への入金をお願いします。振替口座登録希望の方は南河原小学校ホームページをご覧ください。

【児童1人当たりの引き落とし額】

○完全給食 4600円

◇乳アレルギー等 3500円(牛乳なし含む)