

月	火	水	木	金	予約 締め切り
	1	2	3	4	
	牛乳 たこ飯 豚肉の梅焼き もやし炒め ゴマ酢和え 味噌汁 行事：半夏生 早出し	牛乳 ごはん 酢豚 中華サラダ わかめスープ くだもの 早出し	牛乳 ごはん 魚かば焼き 即席漬け 胡麻和え 味噌汁 早出し	牛乳 さつますもじ 南瓜の煮物 そうめん汁 牛乳プリン (郷土料理：鹿児島県) 早出し	6月19日
7	8	9	10	11	6月26日
牛乳 ちゃんぽんうどん じゃこサラダ 七夕ゼリー 行事：七夕 早出し	牛乳 麻婆なす丼 おひたし 中華コンソメスープ フルーツポンチ 早出し	牛乳 ごはん チキンハーブ焼き コーンポテト ワカメサラダ コンソメスープ 早出し	牛乳 ゆかりごはん 唐草焼き きんぴら おひたし 豚汁 早出し	牛乳 ごはん ミートローフ スパソテー トマトサラダ 野菜スープ 早出し	
14	15	16	17	18	7月3日
牛乳 ごはん 五目玉子焼き なすピーマン 磯部サラダ 味噌汁 早出し	牛乳 トマトクリーム スパゲティ グリーンサラダ 野菜スープ マドレーヌ 早出し	牛乳 ごはん 魚塩焼き ひじきの炒り煮 豆腐の茸あんかけ 味噌汁 早出し	牛乳 ごはん 生揚げの中華炒め ゆかりサラダ 中華スープ 早出し	牛乳 夏野菜カレー ガドガドサラダ 野菜スープ 牛乳寒天 早出し	

暑い暑い夏！夏休みの予定は決まりましたか？
連日、猛暑日が続いていますが、夏バテしているひとはいませんか？
夏バテ防止には規則正しい生活と栄養バランスのとれた食事が基本です。
暑い夏、熱中症対策を中心に体調管理・衛生管理に気を配って、楽しく過ごしてください。

〔郷土料理〕給食で日本一周！ 7/4 「さつますもじ」鹿児島県
「すもじ」は宮中の女房言葉で、ちらし寿司のことを表しています。
手に入りやすい旬の食材やかまぼこ・さつま揚げを用いて、鹿児島県では混ぜ寿司として親しまれています。節句料理として、お祝いの席で出される料理です。

〔行事食〕半夏生（はんげしょう） 7/1 たこ飯
田植えを終えた稲や畑の作物が、たこの吸盤のようにしっかりと根を張って豊作になるようにと願いを込めて、神様にたこをお供えしたことが由来です。また、たこには疲労回復に効果のある栄養がたっぷり含まれているため、暑い夏を乗り切るのにもピッタリの料理です。

〔行事食〕七夕（たなばた） 7/7 麺料理・七夕ゼリー
織姫さまと彦星様が天の川を渡って1年に1度だけ会える日です。
短冊に願いことを書いて笹竹に飾ります。みなさんは、どんなお願い事をしますか？

グループ回数(14回)	浅草高校 給食回数(14回)	荒川工業高校 給食回数(14回)
配送回数(14回)	複数献立(回)	複数献立(回)