

令和6年 7月

給食カレンダー

【小学校版】

1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)
ごはん 牛乳 さけの塩焼き ひじきのいため煮 南瓜と玉ねぎのみそ汁	コッペパン りんごジャム 牛乳 タンドリーチキン ベーコンといんげんのソテー ミネストローネ チョコドーナツ	ごはん ハヤシルウ 牛乳 切干し大根の和風サラダ ヨーグルト	ごはん 牛乳 かつおフライ いそポテト(青のり) 卵スープ	ごはん 牛乳 かき揚げ 天つゆ ツナサラダ セタすまし汁 きらきら餅
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)
ごはん 牛乳 さばのみそ煮 切干大根のいため煮 豆腐とわかめのみそ汁 ラムネゼリー	コッペパン 牛乳 キャベツメンチカツ 海藻サラダ ポトフ アーモンドフィッシュ	ごはん ポークカレー 牛乳 マカロニサラダ ヨーグルト	ごはん 牛乳 チキン照り焼きパティ カラフルサラダ コンソメスープ	ごはん 大豆ふりかけ 牛乳 赤魚の白しょうゆづけ焼き ごもくきんぴら 小松菜と油あげのみそ汁 れいとうパインアップル
15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	
海の日 				
	黒糖食パン 牛乳 コーンクリームコロッケのソースがけ ラトウイユ ABCスープ	ごはん ぶた丼の具 牛乳 冷ややっこ しょうゆ ワントンスープ	ごはん 牛乳 チキンのチーズのせ焼き ごぼうサラダ じゃがいもとベーコンのスープ	

熱中症に気をつけよう!

「熱中症」とは、高い気温・湿度のところに長時間いたり、そこにさらに体のコンディションや激しい運動といった要因が加わったりすることで、体温の調節機能がはたらかなくなり、体内に熱がこもってしまう状態をいいます。ときに命にもかかわるため、十分に注意しましょう。

水分をこまめにとろう!



朝ごはんを
しっかり食べよう!



「気温」と「湿度」を
いつも気にしよう!



涼しい服装・環境を心がけ
睡眠もしっかりとろう!

