

日曜日	こんだてめい				ざいりょうめい			エネルギー(Kcal) たん白質(g) 脂肪(g) 塩分(g)	
	ごはん	牛乳	デザート	その他	おもにエネルギーとなる食品	おもにからだをつくる食品	おもにからだのちょうしをととのえる食品		
1月	ごはん	牛乳		メルルーサのからあげ キムトックスープ	すいか	こめ トック(かんこくふうもち) かたくりこ さとう あぶら	ぎゅうにゅう みそ こんぶ メルルーサ ぶたにく	だいこん たまねぎ にら にんじん はくさい パプリカ にんにく とうがらし すいか	617 25.5 13.9 1.7
2火	ごはん	牛乳		★郷土料理★ みそカツ ★新献立★ とうがんスープ なめしふりかけ		こめ かたくりこ さとう ごま あぶら ごまあぶら こむぎこ パンこ	ぎゅうにゅう みそ とうふ かまぼこ ちりめんじゃこ かつおぶし とりにく ぶたにく	こまつな しょうが チンゲンサイ とうがん にんじん	620 34.6 18.3 2.5
3水	コッパパン	牛乳	チーズ	バーベキューソースあえ コーンスープ		パン じゃがいも かたくりこ さとう あぶら	ぎゅうにゅう チーズ ぶたにく ウィンナー	しょうが たまねぎ にんじん パセリ ピーマン コーン	586 27.8 24.5 2.9
4木	ごはん	牛乳		チリコンカン ほたてとポテトのミルクスープ		こめ こむぎこ じゃがいも オリーブオイル あぶら バター	ぎゅうにゅう ほたて だっしふんにゅう なまクリーム だいす あおだいす てぼうまめ きんときまめ ぶたにく	セロリ たまねぎ とうがらし トマト にんじん にんにく パセリ	586 27.7 16.0 1.9
5金	ごはん	牛乳		★行事食★ まめいりにくみそ たなばたじる		こめ そうめん ぶ かたくりこ さとう あぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう みそ だいす あぶらあげ かまぼこ ぶたにく	きぬさや オクラ しょうが にんじん ながねぎ しいたけ	589 28.5 16.5 2.7
8月	ごはん	牛乳		あおのりポテトビーンズ ほたていりはっぼうさい		こめ じゃがいも かたくりこ さとう あぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう だいす あおさのり ほたて えび ぶたにく	キャベツ しょうが たけのこ たまねぎ チンゲンサイ にんじん にんにく しいたけ	594 27.3 15.6 1.3
9火	ホットラーメン	牛乳		ジャージャーめん ナムル	パレンシア オレンジ	ホットラーメン かたくりこ さとう ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう てんめんじゃん みそ だいす ぶたにく	こまつな しょうが きりぼしだいこん たけのこ たまねぎ とうがらし にんじん にんにく ながねぎ もやし オレンジ しいたけ	640 30.5 15.5 2.4
10水	ごはん	牛乳	チーズ	ウィンナーソテー なつやさいのカレー		こめ こむぎこ あぶら バター	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ぶたにく ウィンナー	さやいんげん かぼちゃ スッキーニ たまねぎ なす にんじん コーン トマト にんにく しょうが	673 25.6 25.5 1.7
11木	ごはん	牛乳		★新献立★ かれのいねぎソース まめまめみそしる あおなのおひたし		こめ じゃがいも かたくりこ さとう あぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう みそ あぶらあげ とうにゅう とうふ かつおぶし かれい	キャベツ こまつな しょうが にんにく ながねぎ だいすもやし えのきだけ	581 26.6 15.4 2.3
12金	ごはん	牛乳		ぶたにくのかんろに はるさめスープ		こめ はるさめ かたくりこ さとう あぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく	キャベツ しょうが たまねぎ チンゲンサイ にんじん しいたけ	587 27.4 16.5 1.8
16火	ごはん	牛乳		★行事食★ さけのからあげ みそしる ごしょくあえ		こめ じゃがいも かたくりこ あぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう みそ とうふ あぶらあげ のり わかめ かつおぶし さけ	キャベツ こまつな だいこん にんじん ながねぎ コーン	600 29.5 17.0 2.1
17水	くろパン ぎゅうにゅう チキンカツ ビーフンスープ フルーツポンチ			★★おたのしみ★★ ★★こんだて★★		パン ビーフン ごま あぶら ごまあぶら こむぎこ パンこ	ぎゅうにゅう とりにく いか ぶたにく	キャベツ たけのこ たまねぎ チンゲンサイ にんじん みかん パインアップル もも たもぎだけ かんてん	604 26.3 20.4 2.7
18木	ごはん	牛乳		ドライまめカレー ABCマカロニスープ		こめ じゃがいも あぶら まかにこ こむぎこ オリーブオイル	ぎゅうにゅう だいす ベーコン ぶたにく	キャベツ しょうが セロリ たまねぎ にんじん にんにく ピーマン	610 25.6 19.1 1.9

～今月の給食について～

- 郷土料理(愛知県)・・・ 2日(火)みそカツ、菜飯ふりかけ
- 新献立・・・ 2日(火)菜飯ふりかけ  
愛知県の郷土料理「菜飯」の具をふりかけにしました。
- 行事食・・・ 11日(木)豆まめみそ汁 豆製品をたくさん使ったみそ汁です。  
7夕の行事食・そうめんが入っています。
- 16日(火)五色和え  
パリオリンピックにちなんで、五輪マークと同じ5色の食べ物が入った和え物です。

**第38回大和市学校給食展 ～お知らせ～**

- ◆テーマ：「元気いっぱい！大和の給食」
- ◆日時：令和6年7月20日(土) 10:00～16:00
- ◆会場：文化創造拠点シリウス1階 ギャラリー  
(小田急江ノ島線・相鉄本線大和駅から徒歩3分)
- ◆内容：パネル展示・給食室で実際に使用している調理器具の展示(体験もできます)・昔の給食のサンプル展示・食育体験コーナー・あなうめラリー等
- ◆主催：大和市教育委員会保健給食課

\*素敵な景品を用意しています。ぜひご来場ください！  
大和市イベントキャラクター「ヤマトン」

**夏休み親子料理教室に参加してみませんか!?**

- ◆日時：令和6年8月7日(水)・8日(木) 10:00～13:00  
(希望するどちらか1日)
- ◆会場：神奈川県学校給食会館(大和駅より徒歩7分)
- ◆対象：小学校4年生から中学校3年生までの児童生徒と保護者
- ◆定員：1日に24組(定員を超えた場合は抽選)
- ◆内容：調理実習「学校給食の献立から」  
栄養教諭・栄養士による講話「大和市の学校給食について」
- ◆費用：1人300円(当日集金)  
※直前のキャンセルの場合、食材発注の関係で費用が発生する場合があります。
- ◆持ち物：三角巾 エプロン 調理用マスク 参加費 筆記用具 飲み物
- ◆申込方法：7月1日(月)～10日(水)の期間に、e-KANAGAWAを利用して、各ご家庭から電子申込をお願いいたします。  
※電子申請が難しい場合は、電話にて受付  
保健給食課保健給食係  
TEL046-260-5206  
(8:30～17:00)
- ◆結果通知：e-KANAGAWAよりメールで通知。  
電話申し込みの場合は郵送。
- ◆主催：大和市教育委員会保健給食課  
共催：(公財)神奈川県学校給食会

申請二次元バーコード

