

8月分予定献立表



夏の旬の野菜を知ろう!

夏の旬の野菜には、植物の果実や種の部分を食べる「果菜類」が多いことが特徴です。夏の日差しをたっぷり浴びて育った野菜は、色鮮やかでみずみずしく、暑くて食欲が落ちやすい夏にとりたいた栄養を豊富に含みます。



8月使用予定の
市内産・県内産野菜と果物
たまねぎ、しょうが、きゅうり、ゴーヤ

前年度使用した結果などを参考にしているため、変更になる場合があります。

金	
25	
○牛乳	
カレーライス	
□ ごはん	□ じゃがいも
○ ふたにく	カレールウ
★ たまねぎ	ウスターソース
★ にんじん	コンソメ
ナタデココいりフルーツポンチ	
○ かんてん	★ もも
★ パイン	★ ナタデココ
★ みかん	□ ゼリー

月	火	水	木
28	29	30	31
○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳
□パン	スタミナゴーヤにくみそどん	□※げんりょうわかめごはん	□パン
ABCマカロニスープ	□ ごはん	□ ひやしうどん	おおむぎいりやさいスープ
○ベーコン	□ ふたにく	レモンサラダ	○ どりにく
★ キャベツ	□ とりにく	○ ツナ	★ にんじん
★ たまねぎ	○ だいにく	★ キャベツ	□ おおむぎ
★ にんじん	★ ゴーヤ	★ きゅうり	★ たまねぎ
	★ しいたけ	★ コーン	★ キャベツ
	★ たまねぎ	★ さとう	★ こまつな
	★ にんじん	○ ※かんとうふうたまごやき	
	★ にんにく	※めんつゆ(クラス 1~2ほん)	
	★ しょうが		
	しろみぎかなのゆかりてんぷら		
	○ たら		
	□ ごむぎこ		
	★ ゆかり		
628kcal	691kcal	612kcal	601kcal

2学期の給食もお楽しみに!



□・・・き(ねつやちからのもとになる) ○・・・あか(ち、にく、ほねをつくる) ☆・・・みどり(からだのちょうしをととのえる)
 * 材料の都合により、献立を変更する場合があります。
 * 8月分の給食費引き落としはありませんが、3月で清算させていただきます。
 * 末締の方については、和歌山簡易裁判所に支払督促申立を行いますので、ご注意ください。