

7月 献立表



月	火	水	木	金
公式Instagram  YABU_KYUUSHOKU 養父市学校給食センター 公式Instagram 日々の給食・食育等について情報発信中！ 	公式Facebook 	1  ロールパン ぎゅうにゅう 牛乳 夏野菜スパゲッティ ほうれん草サラダ すいか白玉	2 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 焼きししゃも香草味 ゴーヤチャンプル とり肉じゃが 	3 七夕献立 とり 鶏ごぼうごはん ぎゅうにゅう 牛乳 星のコロッケ たくあんのごまあえ 冷やしそうめん汁 
6 ごはん(蛇紋岩米) 特別栽培米 ぎゅうにゅう 牛乳 米粉ぎょうざの酢じょうゆ フルーツミックス ハ宝菜	7 やっぴーメニュー  ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 オムレットマトソース じゃこピーマン 呉汁  中学校:ヨーグルト	8 むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 てづく 手作りハンバーグ トマトと玉ねぎのマリネ コーンポタージュ	9 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 サバのレモン醤油焼き インディアンサラダ 厚揚げとなすのみそ汁	10 養父中リクエスト献立 わかめごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそカツ キャベツ梅風味 豚汁 クレープ
13 ハッピーマンデー ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 かわいいにんじんが入っているかも!? ズッキーニ入りスパニッシュオムレツ きゅうりのピリカラ かぼちゃのチャウダー 	14 かむかむメニュー  ごはん ぎゅうにゅう 牛乳  トビウオのからあげ ほうれん草のあえ物 轟大根のチゲ煮	15 むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ぎゅう 牛すじ夏野菜カレー 和風ビーフンサラダ とうもろこし 	16 ぶた 豚キムチチャーハン ぎゅうにゅう 牛乳 チキン南蛮 そくせきづけ もずくスープ	終業式  夏休みを健康に 過ごしましょう

あつぽ ま からだ **暑さに負けない体づくりを!**

すでに気温の高い日が続いていますが、夏本番はこれからです。こまめな水分補給で熱中症を予防するとともに、食事をしっかりとって体力をつけ、暑さに負けない体づくりをしましょう。



6月の有機野菜使用量

養父市学校給食では「有機野菜」を活用しています!

学校給食センターでは、地産地消の推進とともに、有機野菜を活用しています。
『有機野菜』とは、有機農業で作られる野菜。
※有機農業とは、化学肥料・農薬を使わず、環境に配慮した栽培法です。

玉ねぎ	48kg
きゅうり	30kg
ほうれん草	105kg

なつ ぎょう じ しょく **夏の行事食いろいろ**

7/2 ごろ げし にちめ たなばた かかん (夏至から11日目~七夕までの5日間) はん げ しょう 半夏生 タコ 焼きサバ かんさい ち ほう ぶく い けん (関西地方) (福井県)	7/7 たなばた 七夕 そうめん	7/13~16 ほん お盆 しょうじんのりようり 精進料理	がつ げ じゅん 7月下旬ごろ なん ねん (2026年は7/26) ど よう うし ひ 土用の丑の日 ウナギ た もの 「う」のつく食べ物
---	--	---	--

中学生・関宮学園後期課程の6月分給食費の口座振替は7月6日、再振替は27日です。
7月分給食費の口座振替は8月5日、再振替は25日です。残高のご確認をお願いいたします。