

2024年7月1日(月)

- ★発芽玄米ごはん
- ★さばのごまみそ焼き
- ★寒天和え
- ★沢煮椀
- ★牛乳



2024年7月2日(火)

- ★ごはん
- ★ピーマンの肉詰め
- ★切り干し大根のきんぴら
- ★わかめとじゃがいものみそ汁
- ★カリカリ小魚
- ★牛乳





2024年7月3日(水)

- ★ちらし寿司
- ★さくさくみの虫
- ★七夕汁
- ★天の川ゼリー
- ★牛乳

**七夕献立**

給食試食会を実施しました。

2024年7月4日(木)

- ★コッペパン
- ★ニョッキのトマトソース
- ★たこのマリネ
- ★洋風たまごスープ
- ★すいか
- ★牛乳

半夏生献立



2024年7月5日(金)

- ★ごはん
- ★たまご焼きの野菜あんかけ
- ★金時豆の甘煮
- ★ほうれんそうとかぼちゃのみそ汁
- ★牛乳





金時豆の甘煮には、  
村で収穫された金時  
豆を使いました。

2024年7月8日(月)



- ★ごはん
- ★麻婆なす
- ★春雨サラダ
- ★にらたまスープ
- ★牛乳



2024年7月9日(火)

- ★発芽玄米ごはん
- ★鮭の塩焼き
- ★納豆和え
- ★雷汁
- ★牛乳

7月10日は『納豆の日』ということで、納豆を使いました。



2024年7月10日(水)

- ★ごはん
- ★焼き餃子
- ★ナムル
- ★わかめスープ
- ★牛乳



2024年7月11日(木)

- ★照焼きチキンバーガー
- ★コーンポテト
- ★バミセリスープ
- ★冷凍みかん
- ★牛乳



2024年7月12日(金)



- ★ごはん
- ★厚揚げの肉巻き
- ★梅マヨ和え
- ★夏野菜のみそ汁
- ★カリカリ小魚
- ★牛乳

2024年7月16日(火)

- ★ごはん
- ★ほっけの干物
- ★筑前煮
- ★麩のみそ汁
- ★牛乳



2024年7月17日(水)

- ★雑穀おこわ
- ★凍り豆腐のみそかき揚げ
- ★えごま和え
- ★白菜のそぼろ汁
- ★丸山さんの夏いちご
- ★牛乳

地域の食材や  
郷土料理を味わう  
ふるさと給食の日



きょう こんだて  
今日の献立

7月17日(水)

さっごくおこわ  
こおりどろみのみそおき  
あげ  
えごまあん  
はくさいのそぼろじる  
まるやまさんのなっいちご  
ぎゅうにゅう

きゅうしよく  
ふるさと給食

地域食料や郷土料理を味わう日

からだをつくるもと  
になるたべもの



からだのちょうしを  
ととのえるたべもの



みなみあいきむら しよくでい  
南相木村の食料



エネルギーのもとに  
なるたべもの



みなみあいきむら しよくでい  
南相木村の食料



ランチルームの栄養  
養黑板报では、村の  
食材を紹介していま  
す。  
3年生が書いてく  
れました。



村で栽培されている夏いちごを味わいました。3年生は、いちご農家の丸山さんにご協力いただき、ハウスの見学やいちごの栽培について学習しています。





長野県の郷土食である凍り豆腐と村の野菜を使ったかき揚げは、ひとつずつ手作りです。



2024年7月18日(木)

- ★冷やし中華
- ★春巻き
- ★すいか
- ★ミルク
- ★牛乳



3年生希望献立



2024年7月19日(金)

- ★夏野菜カレーライス
- ★じゃこサラダ
- ★冷たいデザートの特選
- ★牛乳

## セレクト給食

1学期最後の給食は、冷たいデザートの特選にしました。