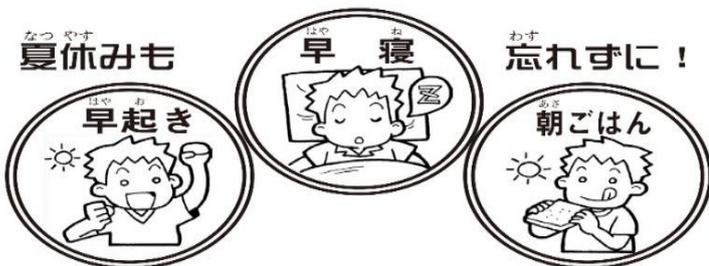


# 給食たより



## 2年生のリクエストメニュー集計結果

順位	料理名	票数	順位	料理名	票数
1	あげぱん	13	6	カレーうどん	4
2	タコライス	8	7	ラーメン	4
3	沖縄そば	6	10	ハンバーグ	3
	カレーライス	6		ハヤシライス	3
5	肉料理	5		アイス	3



夏休みがはじまります

待ちに待った夏休みです。長い休みに入ると、夜遅くまで起きていたり、朝寝坊をして朝食を食べなかつたりしがちです。一度生活リズムがくずれてしまうと、立て直すことは大変ですので、休みに入っても今までと同じように早起きをして朝ごはんをしっかりと食べる生活を送るようにしましょう。

2年生のリクエストメニューの集計結果です。7月はこの結果をもとに献立をたてています(^)

献立表の「★」マークが目印です。ぜひ、確認してみてください♪

	<p>1(火)</p> <p>牛乳</p> <p>きびごはん</p> <p>★ハンバーグ</p> <p>きゃべつのハニーサラダ(卵)</p> <p>★にんじんポタージュスープ</p>		<p>2(水)</p> <p>牛乳</p> <p>麦ごはん</p> <p>れんこんのケチャップ炒め</p> <p>ココロ豆サラダ</p> <p>シブイのすまし汁</p> <p>オレンジ</p>	<p>3(木)</p> <p>牛乳</p> <p>黒米ごはん</p> <p>★コチュマヨチキン</p> <p>韓国ナムル</p> <p>わかめスープ</p> <p>蒸しケーキ</p>	<p>4(金)</p> <p>牛乳</p> <p>麦ごはん</p> <p>★ハヤシライス</p> <p>グリーンサラダ</p> <p>シークアーサーゼリー</p>
	<p>牛乳ハンバーグ(小麦、豚肉、鶏肉、大豆)、脱脂粉乳、生クリーム</p> <p>米、もちきび、さとう、クルトン(小麦、乳、大豆)、はちみつ、バター(乳)</p> <p>しめじ、しいたけ、キャベツ、黄ピーマン、赤ピーマン、にんじん、たまねぎ</p>	<p>牛乳、ひよこ豆、青えんどう豆、レッドキドニー、食塩、チーズ(乳)、アーモンド、アーサー</p> <p>米、おし麦、大豆油(大豆)、さとう、クルトン(小麦、乳、大豆)</p> <p>れんこん、しいたけ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、きゅうり、とうがんと、オレンジ生</p>	<p>牛乳、鶏肉、わかめ</p> <p>米、黒米、ノンエッグマヨネーズ、こめ油、ごま、ごま油(ごま、大豆)、蒸しケーキ(小麦、乳)</p>	<p>牛乳、豚もも、ツナ</p> <p>米、おし麦、じゃがいも、こめ油、シークアーサーゼリー</p>	
	<p>E 698 P 23.7 F 18.9</p>	<p>E 726 P 27.3 F 18.7</p>	<p>E 751 P 28.4 F 23</p>	<p>E 790 P 30 F 21.9</p>	
	<p>7(月) <b>七夕献立</b></p> <p>牛乳</p> <p>わかめごはん</p> <p>星のコロッケ</p> <p>ごぼうサラダ</p> <p>魚そうめん汁</p> <p>星のフルーツポンチ</p>	<p>8(火)</p> <p>牛乳</p> <p>麦ごはん</p> <p>★チンジャオロース</p> <p>肉焼売</p> <p>春雨スープ</p>	<p>9(水)</p> <p>牛乳</p> <p>しそごはん</p> <p>★魚のみそ幽あん焼き</p> <p>ガンボーイリチー</p> <p>とろろ昆布のすまし汁</p>	<p>10(木) <b>納豆の日</b></p> <p>牛乳</p> <p>★もずく丼</p> <p>大根のゆかり和え</p> <p>★納豆汁</p> <p>★バナナ</p>	<p>11(金) <b>リクエスト1位</b></p> <p>牛乳</p> <p>★揚げパン(きな粉)</p> <p>お芋サラダ</p> <p>★ミネストローネ</p> <p>ミルメーク(ココア)</p> 
<p>牛乳、ベーコン、アーモンド、魚そうめん</p> <p>米、大豆油(大豆)、さとう、ごま、ノンエッグマヨネーズ</p> <p>ごぼう、きゅうりにんじん、オクラ、人参、ねぎ、桃、洋なし、ぶどう、パイナップル、さくらんぼ、みかん、りんご、ナタデココ</p>	<p>牛乳、豚肉、鶏肉</p> <p>米、おし麦、でん粉、こめ油、さとう、春雨</p> <p>にんじん、ピーマン、たまねぎ、赤ピーマン、たけのこ、はくさい、しいたけ、長ねぎ</p>	<p>牛乳、チリメン、赤魚、赤みそ(大豆)、豚肉、白みそ(大豆)、絹ごし豆腐(大豆)</p> <p>米、ごま、こめ油、さとう</p> <p>ごぼう、にんじん、ねぎ、とうがんと、えのきたけ</p>	<p>牛乳、もずく、豚肉、大豆、ひじき、チリメン、豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、納豆、麦みそ(大豆)</p> <p>米、おし麦、こめ油、さとう、でん粉、ごま</p> <p>にんじん、たまねぎ、コーン、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、だいこん、きゅうり、長ねぎ</p>	<p>牛乳、きな粉(大豆)、脱脂粉乳、ひじき、アーモンド、ベーコン、チーズ(乳)、ウインナー、スライス</p> <p>コッペパン(小麦、乳、大豆)、大豆油(大豆)、さとう、さつまいも、ノンエッグマヨネーズ</p> <p>たまねぎ、キャベツ、にんじん、セロリ</p>	
<p>E 776 P 22.9 F 23.8</p>	<p>E 715 P 25.2 F 21.8</p>	<p>E 649 P 32.4 F 13.6</p>	<p>E 765 P 30.7 F 22.5</p>	<p>E 799 P 27.1 F 28.7</p>	

# リクエストメニュー

7月は2年生のリクエストメニューを中心に献立をたてています。「★」マークがリクエストのあったメニューです。どんなメニューがリクエストされたのかチェックしてみてください♪



# 県産品奨励月間

7月は県産品奨励月間です。いつもの給食より、沖縄県産の食材がたくさん使われていますよ!!! 沖縄県の野菜は太陽の光をたくさんあびていて栄養満点で美味しいものばかりです。たくさん食べて県産の食材について学びましょう!

ひみこの食育標語

**なつやすみ**  
気をつけよう! 夏休み5つの戒め



- 生もの
- つめたい飲みもの
- なつやすみ
- 夜更
- すぎざらい
- 三日ぼうず
- 夏休み日程表

☆献立は、材料その他の都合により変更する場合があります。