



2026(令和8年)  
7月

# きゅうしょく こんだてひょう

JULY  
SCHOOL LUNCH  
MENU



月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI
<p>こんげつ ちさんちしょう 今月の産地消</p> <p>なす ピーマン たまねぎ トマト とうがん</p> <p>おくら とうもろこし えだまめ きゅうり こまつな</p>	<p>1 おいしいね 夏野菜</p> <p>ヨーグルト フレンチサラダ ぶどうパン なつやさいのスパゲティ</p>	<p>2 おきなわのよろい 沖縄料理</p> <p>ゴーヤチャンプルー まぐろのあぶらみそ むぎごはん すましじる</p>	<p>3 きょうししょく 行事食(たなばた)</p> <p>きゅうりのばいにくあえ ごぼうのみそほろすましそうめん ごはん</p>	
<p>6 旬のたべもの(夏野菜)</p> <p>ごまずあえ プルーンはっこうじゅう なつやさいの咖喱 はいがごはん</p>	<p>7 旬のたべもの(すいか)</p> <p>すいか キャベツサラダ チリコンカン はいがパン</p>	<p>8 しゅしょく しゅさい ぶくさい 主食・主菜・副菜</p> <p>あじフライ ソース ポイルドキャベツ ごはん みそしる</p>	<p>9 旬のたべもの(ピーマン)</p> <p>ジャガマーポー たまごとトマトのスープ ごはん</p>	<p>10 旬のたべもの(とうもろこし)</p> <p>ゆでとうもろこし イタリアンペスト ロールパン クリームスープ</p>
<p>13 旬のたべもの(オクラ)</p> <p>きびなごフライ えいようまんてんどんのぐ ごはん みそしる</p>	<p>14 めざせ はし名人</p> <p>だいずとじゃこのいりに いそかあえ ごはん にくじゃが</p>	<p>15 旬のたべもの(えだまめ)</p> <p>えだまめ ぎゅうどんのぐ むぎごはん みそしる</p>	<p>16 旬のたべもの(とうがん)</p> <p>ごまじょうゆあえ ひとり2まい とうがんのすましじる いわしのかばやき ごはん</p>	<p>17 えいようバランスととのえて</p> <p>かいそうサラダ チーズ カレービーンズシチュー まるパン</p>

こんげつ きゅうしょく もく ひょう  
今月の給食目標

あつ ま しよくじ  
暑さに負けない食事をしよう

つめたいものとりすぎ ちゅうい  
すいぶん 水分ほきゅう わすれずに

なつやさいをしっかりとべよう

あさ 朝

ひる 昼

ゆう 夕

いちにち 一日 3食  
せいかつリズムを  
たいせつに。

なつすみも げんきにすこしてね