

令和6年



7月 盛付表 (中学校)

月	火	水	木	金
1	なまずの日献立 吉川産 にんじんのゼリー 卵を使っていない パックマヨネーズ 炒め キャベツ なまず フリッターの うまてりたれ なまずドッグ (コッペパン) 吉川 トマトヤムクン	新札発行記念献立 お札のり きゅうりと 海藻のサラダ ドレッシング 鶏肉の 塩唐揚げ ご飯 肉じゃが	提供対応食 卵 乳 卵 乳 スタミナ 炒め 豚肉の カルピソース ご飯 中華かき玉スープ	七夕献立 リング パイン 2個 ご飯 ガバオライスの具 フォースープ
8	コロコロ きゅうり ドレッシング ハンバーグの おろしソース ご飯 僧兵汁 「僧兵汁」は和歌山県の 郷土料理です。	フロccoliの アーリオオーリオ 米粉 ささみフライ ソース ご飯 ミネストローネ 角 チーズ ☆ごはんとチーズをミネストローネに入れて、「チーズリムット」にして食べてね。	10*8大アレルギー除去献立 11 ごまみそ きんぴら いかの かりん揚げ ご飯 吉川汁 ミニトマト 3個 春巻 中華麺 タンメン	12*8大アレルギー除去献立 ふりかけ 磯香和え たれ さばの 塩焼き ご飯 じゃがいもの みそ汁
15	世界の料理「フランス」 吉川産米粉の マドレーヌ キャロット ラベ アッシ パルマンティエ (ポテトとひき肉のグラタン) コッペパン ポトフ	飲む ヨーグルト ひじきと 枝豆のサラダ ドレッシング オムレツ ご飯 夏野菜カレー ☆夏野菜カレーは、 ご飯と一緒に盛り付けてね。	☆パンの日☆ 2日・16日 コッペパン ☆麺の日☆ 11日 中華麺	お皿の種類 平皿 深皿

◆後片付けのしかた

2日	吉川産にんじんのゼリー	カップとふたはまとめて配膳室に戻しましょう。
	卵を使っていない パックマヨネーズ	袋は入ってきたビニール袋に入れて配膳室へ戻しましょう。
3日	お札のり	袋は入ってきたビニール袋に入れて配膳室へ戻しましょう。
9日	角チーズ	包は入ってきたビニール袋に入れて配膳室へ戻しましょう。
11日	ミニトマト	ビニール手袋は器具と一緒にバットに入れましょう。
12日	ふりかけ	袋は入ってきたビニール袋に入れて配膳室へ戻しましょう。
16日	吉川産米粉のマドレーヌ	袋やカップはまとめて配膳室へ戻しましょう。
17日	飲むヨーグルト	容器やストローはまとめて配膳室へ戻しましょう。

カルシウムものしり迷路

A・B・Cのどれかを選んでゴールまで進んでね。

スタート

クイズに答えながらゴールをめざろう!

①からだの中でカルシウムが一番たくさんあるのはどこかな?
 A. 脳
 B. 筋肉
 C. 骨

②カルシウムのはたらきは?
 A. 目のはたらきを守る
 B. イライラをしずめる
 C. はだをすべすべにする

③強い骨をつくるためには、どうすればよいか?
 A. 外でからだを動かす
 B. かいものを食べる
 C. 手洗い、うがいをする

④次のうち、カルシウムを一番たくさん含むものはどれ?
 A. 卵1個
 B. チーズ1個
 C. にんじん1本

ゴール

89 48 82 31 25

成長期の今、
カルシウムを
しっかりとろう!

