

8月給食だより9月

魚には骨があります。よくかんで食べましょう!

葛城市学校給食センター
令和8年8・9月号
【中学校用】



給食の前には、しっかり手を洗いましょう!

まだまだ暑い日がありますが2学期が始まりましたね。2学期の給食は”わくわく給食ウィーク”で始まります。毎日 **わくわく** できるようなメニューを考えました。なんと!カップアイスでガリガリ君ソーダ味も登場します。



31(月)

1(火)

2(水)

3(木)

4(金)

2学期スタート わくわく きゅうしょく ウィーク

7(月)

8(火)

9(水)

10(木)

11(金)

14(月)

15(火)

16(水)

17(木)

18(金)

食事のマナーって何だろう?

食事の前には手を洗おう!

姿勢を正して美しくたべよう!

牛乳&乳製品でカルシウム貯金

給食センターからこんにちは#5

★かぼちゃとれんこんのサラダ★

【ざいりょう】小学生5人分

かぼちゃ...75g

れんこん...40g

きゅうり...25g

ごまドレッシング...35g

【つくりかた】

①かぼちゃ...種を取り除いて2cmくらいの角切りにする

れんこん...皮をむいて十字に縦割りにし、うすく切る(いちょう切り)

きゅうり...輪切りにする

②野菜を煮るにくい順にゆでる。ざるにとり、水気を切って冷ます

※かぼちゃはやわらかく、れんこんは食感をのこし、きゅうりは色鮮やかに

③ドレッシングで和える



28(月)

29(火)

30(水)

～今月の地場産物～

奈良県で生産・製造された食材を紹介します

米・パン・こんにやく・ふしめん・さいとも・かぼちゃ

きゅうり・こまつな・だいこん・たまねぎ・なす・葉ねぎ

ほうれんそう・ズッキーニ・奈良の大豆コロッケ

奈良のブルーベリージャム

