

献立表

りょうりのしゅるいがわかるようにこのじゅんばんにあらべています！すこしずつおぼえてみましょう！

Main menu table with columns for date, main dish, side dish, and nutritional categories like protein, carbohydrates, and vitamins.

※ 田無第二中学校の給食がない日です。

※ 都合により、献立や食材を変更することがあります。

~7がつのきゅうしょくもくひょう~ あつさにまけなないしょくじをしよう

6日(木) ブルーベリーとバナナのケーキ

ブルーベリーの酸味とバナナのふんわりとした甘みがいい、旬の食材をつめこんだケーキです。

7日(金) セタ献立

「穴子ちらし」:江戸時代、江戸湾(東京湾)で獲れる魚を使った江戸前寿司が人気でした。その定番と言われ、郷土料理として受け継がれてきた穴子寿司です。給食では、ちらし寿司風にアレンジをして登場します。

10日(月) エコふりかけ

普段は捨ててしまう、出し汁と終了後の「さば節」を使ってふりかけを作ります。給食でも、できることからSDGsに取り組んでいます。

11日(火) スペイン料理 献立

スペインは比較的气温が高い国で、1年で最も気温が高くなるのは7月なんです。スペインの料理を食べて、暑さに負けない体を作りましょう！

19日(水) 食育の日 献立

旬の食材である「夏野菜」をたっぷり使った献立です。夏野菜には、ビタミン・カリウム・水分がたっぷり含まれています。体温を調節する働きがあるので、夏バテや熱中症予防にも効果的です！

うのつく食べもの

Illustration of a boy eating a fish.

Illustration of a boy eating a bowl of food.

Illustration of a boy eating a carrot.

Illustration of a boy eating a watermelon.

夏野菜レンジャー参上

Illustration of various vegetables as characters.

Illustration of a tomato character.

Illustration of a watermelon character.

Illustration of a boy eating vegetables.

