
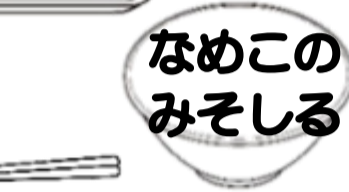
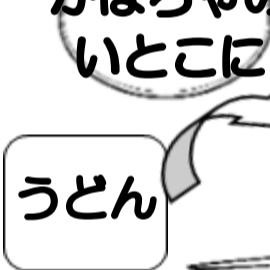

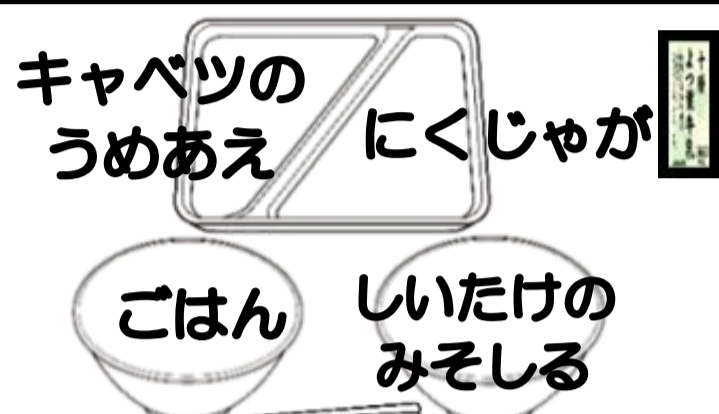





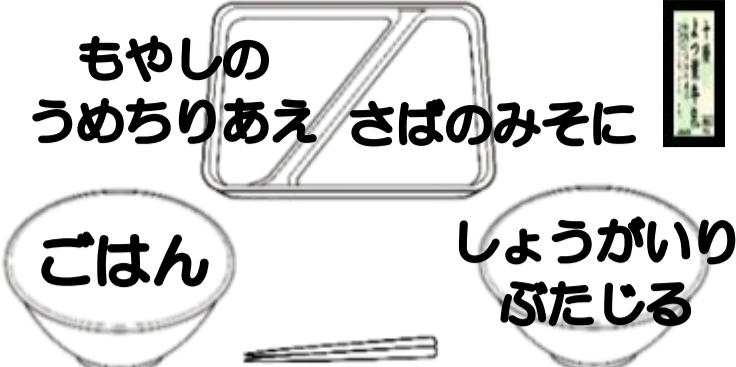

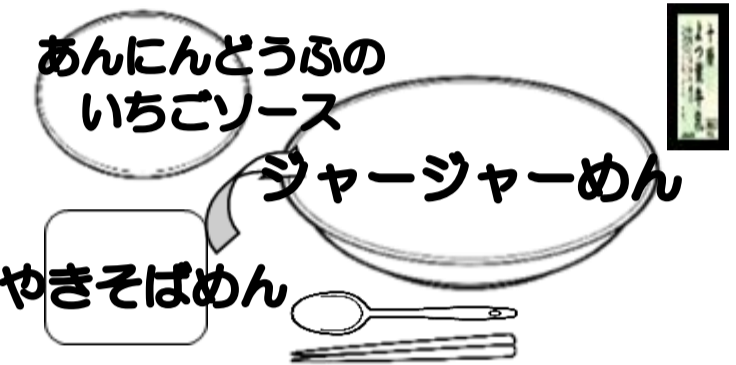


いただきます

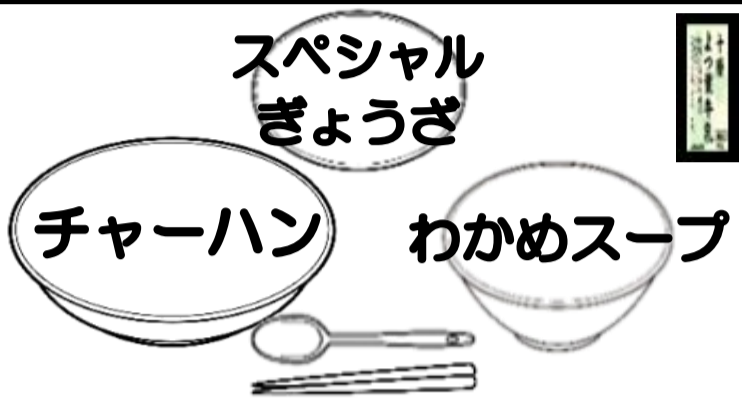
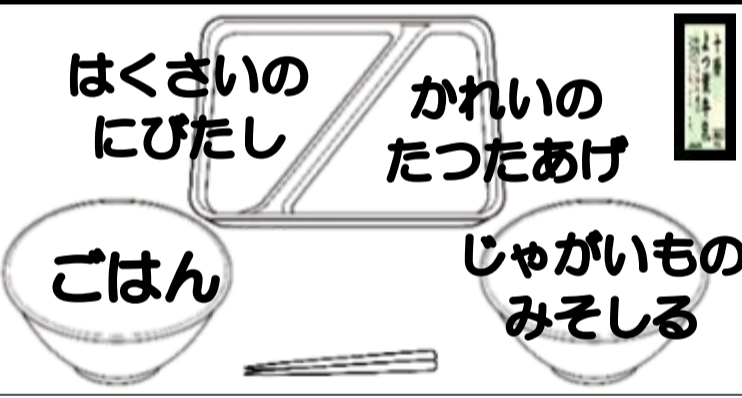

日付	こんだて名	
1日 (木)	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>キャベツの みそいため</p>  <p>ごはん</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>オビリー あつやきたまご</p>  <p>なめこの みそしる</p> </div> </div> <p>ひとこと！ <small>がつ</small> <small>しよくいくもくひょう</small> <small>すいぶんほきゅう</small> 7月の食育目標は「水分補給をしよう」です。 <small>いち</small> <small>かい</small> <small>しよくじ</small> <small>すいぶん</small> 1日3回の食事をきちんととり、そこから水分 <small>えんぶん</small> <small>ほきゅう</small> <small>まえ</small> <small>すいぶん</small> と塩分を補給しながら、のどがかわく前に水分 <small>あつ</small> <small>なつ</small> <small>げんき</small> <small>す</small> をとるようにしましょう。暑い夏を元気に過ご しましょう。</p>	<p>ごはん</p> <p>なめこのみそしる</p> <p>オビリーあつやきたまご</p> <p>キャベツのみそいため</p> <p>牛乳</p> <p>ごちそうさま♪</p>
2日 (金)	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>かぼちゃの いとこに</p>  <p>うどん</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>あげたま うどん</p>  </div> </div> <p>☆クイズ☆</p> <p>かぼちゃのいとこ煮は、かぼちゃと何を煮たものでしょう？ <small>だいず</small> <small>あずき</small> ①大豆 ②レーズン ③小豆</p>	<p>あげたまうどん</p> <p>かぼちゃのいとこに</p> <p>牛乳</p> <p>ごちそうさま♪</p> <p style="text-align: right;">☆クイズのこたえ…③<small>あずき</small>小豆</p>



日付	こんだて名	
5日 (月)		ごはん
		しいたけのみそしる
		にくじゃが
		キャベツのうめあえ
		牛乳
	☆クイズ☆	ごちそうさま♪
	しいたけはどこで <small>そだ</small> つてしょう？ ① <small>つち</small> 土 ② <small>き</small> 木 ③ <small>いし</small> 石	☆クイズのこたえ…② <small>き</small> 木
6日 (火)		チキンカレーライス
		フルーツしらたま
		牛乳
	ひとつこと！	ごちそうさま♪
	今日のカレーのじゃが芋は、帯広の井上さんが <small>そだ</small> てたものです。冬に積もった雪を <small>つか</small> って <small>じゅくせい</small> 熟成させているので、とっても甘くておいしいじゃが芋です。味わってみてくださいね。	
7日 (水)		ブランパン
		オビリースープ
		おほしさまコロッケ
		コールスローサラダ
		牛乳
	ひとつこと！	ごちそうさま♪
	7月7日の七夕には、短冊に願い事を書いて <small>かざ</small> 飾ったり、そうめんを <small>た</small> べる風習があります。北海道では8月7日に行く地域が多いです。みなさんは短冊にどんな願い事を書きますか？	

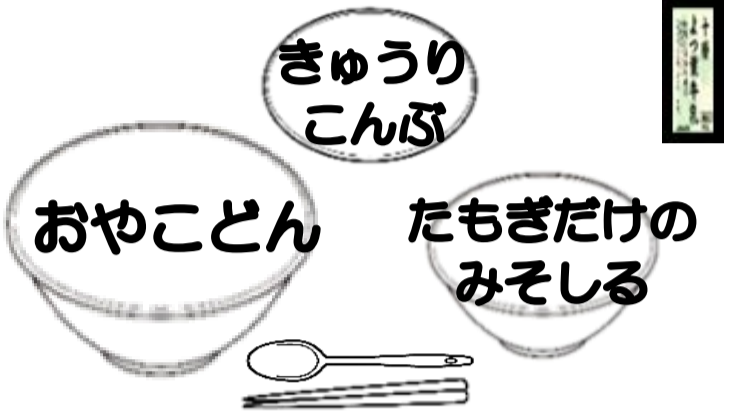
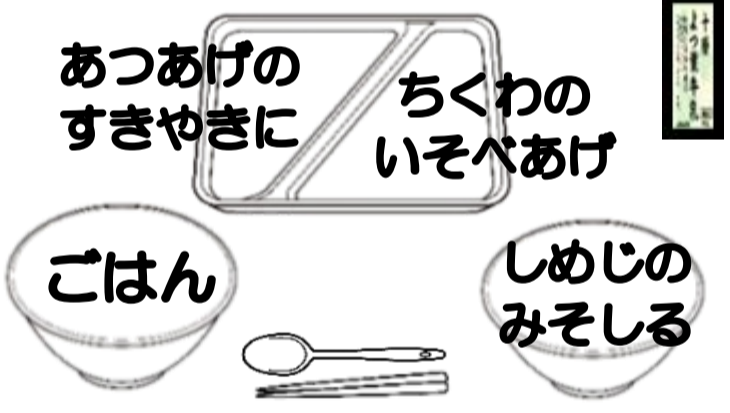
8日 (木)	<p>もやしの うめちりあえ さばのみそに </p>  <p>ごはん しょうがいきり ぶたじる</p>	<p>ごはん</p> <p>しょうがいきりぶたじる</p> <p>さばのみそに</p> <p>もやしのうめちりあえ</p> <p>牛乳</p>
	<p>☆クイズ☆</p> <p>「みそ」は大豆をある菌で発酵させて作ります。その菌とは、次のうちどれでしょう？</p> <p>①納豆菌 ②乳酸菌 ③こうじ菌</p>	<p>ごちそうさま♪</p> <p style="text-align: right;">☆クイズのこたえ…③こうじ菌</p>
9日 (金)	<p>あんにとろろの いちごソース </p>  <p>ジャージャーめん</p> <p>やきそばめん</p>	<p>ジャージャーめん</p> <p>あんにとろろのいちごソース</p> <p>牛乳</p>
	<p>☆クイズ☆</p> <p>杏仁豆腐は何かの種を粉にして作ります。それは何の種でしょう？</p> <p>①あんず ②さくらんぼ ③もも</p>	<p>ごちそうさま♪</p> <p style="text-align: right;">☆クイズのこたえ…①あんず</p>



日付	こんだて名	
12 日 (月)	 <p>スペシャル ぎょうざ</p> <p>チャーハン わかめスープ</p>	チャーハン
		わかめスープ
		スペシャルぎょうざ
		牛乳
	ひとつこと!	ごちそうさま♪
	<p>チャーハンは漢字で「炒める飯」と書いて炒飯と読むように、ご飯を炒めて作ります。給食センターではたくさんのご飯を炒めることが難しいので、炒めた具とご飯に混ぜて作ります。</p>	
13 日 (火)	 <p>はくさいの にびたし</p> <p>かれいの たつたあげ</p> <p>ごはん</p> <p>じゃがいもの みそしる</p>	ごはん
		じゃがいものみそしる
		かれいのたつたあげ
		はくさいのにびたし
	牛乳	ごちそうさま♪
	☆クイズ☆	
	<p>カレイは片方に顔がある魚です。カレイはおなかを手前に置いた状態にすると、顔が左右どちらにあるでしょう？</p> <p>①左 ②右</p>	☆クイズのこたえ…②右
14 日 (水)	 <p>ダイコン マリネ</p> <p>ココロチキンの レモンペッパー焼き</p> <p>こくとうパン</p> <p>カラフルボール スープ</p>	こくとうパン
		カラフルボールスープ
		ココロチキンのレモンペッパー焼き
		ダイコンマリネ
	牛乳	ごちそうさま♪
	ひとつこと!	
	<p>黒糖パンに入っている黒糖はサトウキビから作られます。白い砂糖よりサトウキビの成分が多く、色が黒く、風味があります。カルシウムや鉄分が多い砂糖です。味わって食べましょう。</p>	

15 日 (木)		ごはん あげのみそしる とうふのそぼろあんつつみ さんしょくきんぴら 牛乳
	☆クイズ☆ そぼろは、ひき肉 <small>にく</small> や魚 <small>さかな</small> 、卵 <small>たまご</small> などをパラパラ <small>いた</small> に炒めたものです。今日の豆腐 <small>きょう</small> のそぼろあん <small>とうふ</small> 包み <small>つつ</small> のそぼろは何 <small>なに</small> で作 <small>つく</small> ったそぼろでしょう？ ①豚肉 <small>ふたにく</small> ②魚 <small>さかな</small> ③卵 <small>たまご</small>	ごちそうさま♪ ☆クイズのこたえ…①豚肉 <small>ふたにく</small>
16 日 (金)		しょうゆラーメン きなこポテトもち 牛乳
	☆クイズ☆ 今日の給食 <small>きょう</small> に使 <small>きゅうしょく</small> われている食材 <small>つか</small> のうち、大豆 <small>しょうざい</small> から作 <small>だいず</small> られていないものはどれでしょう？ ①しょうゆ ②ラーメン ③きな粉 <small>こな</small>	ごちそうさま♪ ☆クイズのこたえ…②ラーメン



日付	こんだて名	
19 日 (月)		おやこどん
		たもぎだけのみそしる
		きゅうりこんぶ
		牛乳
		ひとこと! <small>たけ あざ きいろ かさ とくちょう</small> たもぎ茸は鮮やかな黄色の傘が特徴のきのこです。 <small>むかし ほっかいどう とうほく ちほう いちぶ</small> 昔は北海道や東北地方の一部でしかとれな かったため「幻のきのこ」と呼ばれていたそう です。 <small>あじ</small> 味わってみてくださいね。
ごちそうさま♪		
20 日 (火)		ごはん
		しめじのみそしる
		ちくわのいそべあげ
		あつあげのすきやきに
		牛乳
ひとこと! <small>きょう なつやす まえ さいご きゅうしょく になて</small> 今日 <small>きょう</small> は夏休み <small>なつやす</small> 前 <small>まえ</small> 、最後 <small>さいご</small> の給食 <small>きゅうしょく</small> です。苦手 <small>にがて</small> なもの も食べられるよう挑戦 <small>ちょうせん</small> しましたか？残 <small>のこ</small> さず食べ ることはできましたか？夏休み <small>なつやす</small> 中 <small>ちゆう</small> もしっかり <small>た</small> 食 べて、 <small>げんき</small> 元気に過 <small>す</small> ごしましょうね。		
ごちそうさま♪		

