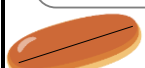
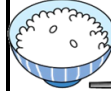
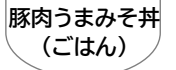
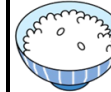
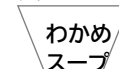
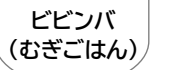
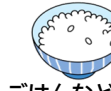


7月こんだてひょう (中学校) 2026. 7 南魚沼市学校給食センター

月	火	水	木	金
★七夕の行事食—そうめん—  毎年7月7日は、五節句のひとつ七夕です。中国から伝わった「織姫と彦星」等の伝説がもとになった行事で、機織りの糸や夜空に浮かぶ天の川に見立てて、「そうめん」を食べる風習があります。 給食では、ピーンを天の川に見立てた「七夕汁」を出します。		1 小出⑤あり  レモンあえ 太刀魚フライ  鶏肉と野菜のトマト煮 背割りコッペパン	2 小出⑤あり  切り干し大根 ナポリタン 星のハンバーグ とうもろこしご飯  厚揚げのとろみスープ	3 赤石小2年なし 八海中3年なし  マカロニ サラダ 鶏肉のバーベキューソース  季節の野菜のみそ汁
6  パンバンジー サラダ 生揚げのお好みソース焼き  豆乳汁	7 赤石小6年なし  七夕ゼリー  七夕汁  豚肉うまみそ丼(ごはん)	8 赤石小6年なし 赤石小1年試食会 小出⑤あり  チーズ  海藻サラダ  なすのミートソース ソフト麺	9 小出⑤あり  たくあん サラダ あじの黒酢ソース  鶏肉とじゃがいもの南蛮煮	10  もやしのうまうま炒め カボチャのひき肉フライ  塩麹汁
13 おはなし給食  ミニ洋梨ゼリー 宇宙へGO! サラダ 鯖の竜田揚げ  夏野菜の元気みそ汁	14  ゆでトウキビ  大豆とブロッコリー サラダ チキンカレーライス(むぎごはん) 	15 数神小5年なし 小出⑤あり  ジャーマンポテト ツナオムレツ  こめこパン  チキンスープ	16 数神小5年なし 六日町中2年なし 小出⑤あり  五色あえ えびシューマイ2こ  マーボー野菜	17 大崎6年なし 後山小なし  ごまあえ キャベツメンチカツ  トマトの減塩みそ汁
20 海の日 	21  アルピレックス牛乳 さつまいもチップス  わかめスープ  ビビンバ(むぎごはん)	22 城内小2年なし  すいか  ココア豆  きつねじる ゆでうどん	23 大崎、三用、赤石、北辰 小出給食最終日  春雨 サラダ スパイシーチキン  若布のみそ汁	24 蒲佐、数神、六日町、城内 おおまき、五十沢小、六日町中、八海中給食最終日  切り干し大根のさっぱりあえ いわしの蒲焼き  夕顔汁
27 大和中給食最終日  中華きゅうり レバーとポテトのなかよし揚げ  もずくと卵のスープ		 ぎゅうにゅうなど サブのおかず(おおかは やさいのおかず) メインのおかず(おおかは にく・さかな・まめるい・たまご などのおかず)  おしるにものなど ごはんなどのしゅしょく	7月の給食目標 夏の健康に必要な食生活をしよう 	7月のおはなし給食  さばの缶づめ、宇宙へいく おたのしみに!!

* 献立は都合により、変更となる場合がありますのでご了承ください。

★裏面に当日の給食で使用している食品を記載しています。使用食品については裏面でご確認ください。★