

清潔な「食具」を
忘れずに持参
しましょう。

毎日、「はやね・はやおき・あさごはん」を実践しましょう!



7月予定献立表

月	火	水	木	金
<p>今月の平均栄養量</p> <p>エネルギー：805kcal たんぱく質：31.9g 脂質：27.7g カルシウム：378mg 鉄：3.8mg ビタミンC：41mg 食塩：3.4g 食物繊維：5.3g</p>	<p>今月の地場産品</p> <p>☆小松菜 ☆米麺 ☆みそ ☆枝豆 ・豆腐 ・厚揚げ ・のり ・トマト ・わかめ ・パプリカ ・笹かまぼこ ・チンゲンサイ</p> <p>☆：岩沼産</p>	<p>給食で使用する今月の旬の食品</p> <p>・なす ・きゅうり ・とうもろこし ・ピーマン ・パプリカ ・トマト ・ズッキーニ</p>	<p>夏季休業前の給食最終日は、7月18日(木)です。給食当番は、忘れずに給食着を持ち帰りましょう。給食着は、洗濯をして三者面談期間中に持参し、担任に渡してください。</p>	<p>「七夕とね」</p> <p>七夕とは7月7日の夜、天の川に隔てられた彦星と織り姫が年に1度だけ会うという年中行事で、五節句の1つです。給食では、7月8日に七夕行事食を予定しています。</p>
<p>1 新紙幣記念献立</p> <p>ごはん 味付けのり (新1万円札渋沢栄一パッケージ) さばの塩焼き 小松菜のおかか和え ★煮ぼうとう</p> <p>★煮ぼうとうは、渋沢栄一の出身地である埼玉県蕨市の郷土料理です。</p> <p>782/32.1/25.0/2.1</p>	<p>2 お弁当の日</p> <p>※仙台南ブロック駅伝大会のため、弁当日です。</p>	<p>3 お弁当の日</p> <p>※仙台南ブロック駅伝大会予備日のため、弁当日です。</p>	<p>4</p> <p>ソフトパン (いちごジャム) 揚げぎょうざ 大豆もやしのサラダ 塩ラーメン</p> <p>726/28.9/27.6/4.4</p>	<p>5 1学年試食会</p> <p>ごはん 北中特製焼き肉 米麺サラダ ふわふわ卵のスープ</p> <p>1年生対象に好きな献立アンケートを実施し、試食会のメニューを決定しました!</p> <p>2年生は、職場体験活動期間のため給食なしです。</p> <p>826/30.1/27.1/2.8</p>
<p>8 七夕給食</p> <p>ごはん 笹かまのマヨ節焼き 厚揚げのカレー煮 そうめん汁 七夕ゼリー</p> <p>844/33.1/25.5/3.8</p>	<p>9 7月お誕生日献立</p> <p>メロンパン ローストチキン アメリカンサラダ ナポリタン</p> <p>6月に実施した給食アンケートで希望の多かったメロンパンとアメリカンサラダの登場です!</p> <p>949/39.5/35.9/4.2</p>	<p>10</p> <p>ごはん 四川豆腐 春雨サラダ 冷凍みかん</p> <p>四川豆腐には、岩沼産の小松菜と亶理町産の豆腐を使います。</p> <p>840/31.9/25.0/3.4</p>	<p>11 世界味めぐり</p> <p>ミルクパン 鶏竜田の レモンペッパー風味 ★ラタトゥイユ マカロニスープ トリコロロールゼリー</p> <p>フランス</p> <p>767/33.3/30.7/2.7</p>	<p>12</p> <p>タコライス もずくスープ ベビーチーズ</p> <p>タコライスは、タコの具をごはんのにのせた沖縄県の郷土料理です。</p> <p>773/30.0/24.0/4.0</p>
<p>15</p> <p>海の日</p> <p>724/27.5/27.8/3.8</p>	<p>16</p> <p>セルフバーガー 横割丸パン えびカツ ハムのマリネ コーンクリームスープ アセロラゼリー</p> <p>学校農園で育てたとうもろこしも順調に成長中です!</p> <p>857/29.6/26.2/3.2</p>	<p>17</p> <p>夏野菜カレー わかめとツナのサラダ フロズンヨーグルト</p> <p>宮城県産のトマトや旬の野菜をたっぷり使います。</p> <p>766/34.7/29.8/2.8</p>	<p>18</p> <p>チーズパン ジャージャー米麺 小籠包 茹で枝豆</p> <p>学校農園で育てた枝豆使う予定です。</p>	<p>19</p> <p>お弁当の日</p>

※基本的に、牛乳は毎日付きます。材料購入などの都合により、献立が変更になる場合もありますのでご了承ください。

食品ロス削減ウィークを実施します!

昨年度から実施している「北中食品ロス削減ウィーク」ですが、今年度も実施します。
期間は、7月8日(月)~12日(金)の5日間です。
北中生にとって食品ロスについて考えるきっかけになればと思います。



SDGsを取り入れた献立作成! ~北中給食甲子園~

6月7日(金)と6月14日(金)、2学年の家庭科の授業で「SDGsを取り入れた給食の献立作成」の授業を行いました。作品は、校舎内に掲示しています。ご来校の際には、ぜひご覧ください。
7月中に選考を行い、選ばれた献立は10月に実際の給食で登場予定です。

