

7月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。
※児童生徒の給食費(小学校4200円、中学校4600円)は市が負担しています。

Table with 2 columns: 食品群 (Food Group) and 体内ではたらく (Function in the body). Rows include 赤の食品 (Red), 黄の食品 (Yellow), 緑の食品 (Green).

Table with 4 columns: 学校給食の栄養基準量 (School Lunch Nutrition Standards), 小学校 (Elementary School), 中学校 (Middle School), and 栄養素 (Nutrients: C=エネルギー, P=タンパク質, F=脂質).

Introduction section titled '【栄養指導目標】「地産地消について知ろう」'. Includes a '魅力たっぷり県産品' (Charming Local Products) graphic and text about local food consumption. Nutrition data for 1(金) is provided.

Meal schedule for days 4(月) through 8(金). Each day includes a list of dishes (e.g., きんぴらごぼう, すいか, 星形コロケ) and a table of nutrition values (C, P, F).

Meal schedule for days 11(月) through 15(金). Includes '琉球料理の日' (Ryukyu Cuisine Day) and 'マンゴーの日' (Mango Day). Dishes include ひじきのごま和え, オレンジ, ほうれん草オムレツ, etc.

Meal schedule for days 19(火) and 20(水). Includes '海の日' (Sea Day) and '【給食に提供していただきました】' (Thank you for providing lunch). Dishes include あぶ, 肉野菜そば, etc.

QR code and information for the Okinawa Prefecture School Lunch Association website. Text includes '沖縄県学校給食会ホームページにて' and '期間 令和4年7月1日~令和5年3月末'.

Health tips section titled '夏バテを防ぐ食事のポイント' (Points for preventing summer fatigue). Includes 'ビタミンB1をとる' (Take Vitamin B1) and '旬の夏野菜をとる' (Take seasonal summer vegetables). Lists foods like 玄米, 豚肉, トマト, etc.

※材料・天候によって献立を変更することがあります。