

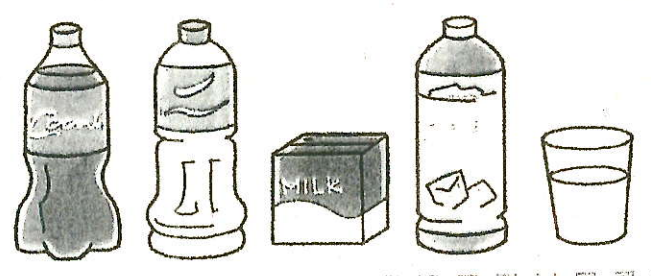
7月 配膳表

多^{たく}久^く市^し学^{がく}校^{こう}給^{きゅう}食^{しょく}セ^せン^んタ^たー

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-----------------|----------------|------------|----------------------|---------------------|
| | | 1日 食育目標 | 2日 生揚げのみそネーズ焼き | 3日 豆の栄養 |
| | | | | |
| 6日 よい姿勢でたべよう | 7日 行事食 (七夕) | 8日 なす | 9日 日本の味めぐり献立 (徳島) | 10日 はしの使い方 |
| | | | | |
| 13日 カムカムサラダ | 14日 タコライス | 15日 小松菜 | 16日 夏野菜 | <p>しゅうぎょうしき 終業式</p> |
| | | | | |

水分補給は何を飲む?

普段は水や麦茶などにしましょう。汗を多くかく時は塩分も必要なのでスポーツドリンクなどの塩分を含むものがよいでしょう。清涼飲料は糖分が多く、水のかわりに飲むと糖分のとりすぎになります。



※ 献立メッセージのタイトルを日付の下に記載しています。