



7月分学校給食献立表



美里町立美里中学校

給食目標：美しいはし使いで食べてみよう ～10日から14日はチャレンジ期間です～

月 MON		火 TUE		水 WED		木 THU		金 FRI	
なつやさい すいぶん むきしつ ふく 夏野菜は、水分やビタミン・無機質がたっぷり含まれています！									
ピーマン		なす		トマト		とうもろこし		かぼちゃ	
オクラ		きゅうり							
3 スタミナ丼の具をごはんにのせよう		4 スラッピージョーをパンにはさもう		5 調理法を知ろう【炒める】		6 夏野菜はどんな野菜？		7 セタフルーツゼリー ゼリー れんこんと鶏の炒め物	
10 調理法を知ろう【揚げる】		11 具だくさんの焼きそば！		12 調理法を知ろう【茹でる】		13 もずくは海藻です		14 ブルーベリーの旬はいつ？	
17		18 調理法を知ろう【焼く】		19 調理法を知ろう【煮る】		20			
お知らせ									
7・8月はおにぎりの日はありません。									
次の給食は8月29日(火)									

チャレンジ期間！！