



令和4年度



給食カレンダー



中央区立明正小学校

月	火	水	木	金
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>給食目標</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>＜静かに前を向いて食べよう＞</p> <p>7月も、引き続き【黙食】です。 気持ちのよい環境で給食を食べるためには、 教室の整理整頓も欠かせません。 給食を食べる前には、教室をきれいにしましょう。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>黙食</p> </div> </div>				
<p>4</p> <p>チーズパン パイザンヌスープ 夏野菜の焼きコロッケ 牛乳</p>	<p>5</p> <p>ごはん のりの佃煮 ししゃもの スパイシーフリッター ちゃんこ汁 キャロットゼリー 牛乳</p>	<p>6</p> <p>わかめごはん 鶏肉のてりやき きんぴらごぼう すまし汁 牛乳</p>	<p>7</p> <p>ちらしずし 鮭のみそ焼き セタそうめん汁 牛乳</p>	<p>8</p> <p>なすとトマトの スパゲティ ポテトのごまサラダ ヨーグルト みかんソース 牛乳</p>
<p>11</p> <p>ウィンナードック フレッシュバジル入り ラタトゥイユ スコッチブロス 牛乳</p>	<p>12</p> <p>麻婆なす丼 とうがんスープ メロン 牛乳</p>	<p>13</p> <p>ごはん 白身魚のトマトソース 春雨サラダ 牛乳</p>	<p>14</p> <p>キャロットライス ポテト入り卵焼き トマトシチュー りんごゼリー 牛乳</p>	<p>15</p> <p>いわしのかばやき丼 なめこと野菜の おろし和え みそ汁 牛乳</p>
<p>海の日</p>	<p>19</p> <p>ポークカレーライス キャベツとコーンの サラダ サイダー寒天 牛乳</p>	<p>20</p> <p>終業式 給食なし</p>	<p>21</p> <p>夏休み</p>	<p>22</p>



熱中症予防

4つのポイント



<p>暑さを避ける</p> <p>涼</p>	<p>日差しを避ける</p>	<p>水分・塩分補給</p>	<p>体調を整える</p>
------------------------	----------------	----------------	---------------

