

学校給食だより

今月の給食予定人員
 幼稚園… 799人
 小学校… 2,379人
 中学校… 1,449人
 計 … 4,627人

発行
 赤穂市学校給食会
 赤穂市立学校給食センター
 TEL 48-7151・7252
 FAX 48-1540



給食費口座振替日 7月12日(火)
 再振替日 7月26日(火)
 【通帳残高を確認のうえ前日までに】
 入金しておいて下さい。

令和4年7月分学校給食献立表

日・曜	① 日 (金)	④ 日 (月)	⑤ 日 (火)	⑥ 日 (水)	⑦ 日 (木)	⑧ 日 (金)	⑪ 日 (月)	⑫ 日 (火)	13 日 (水)	14 日 (木)	15 日 (金)
	ごはん	ごはん	ふるさと給食	サンドパン	しそごはん	ごはん	すしごはん	ごはん	わかめごはん	こくとうパン	AKB献立
こ ん だ て	ぎゅうにゅう みそしる いわしのうめに はくさいのさっぱりあえ	ぎゅうにゅう(小中) ◎のむヨーグルト(幼) ぶたまやしスープ ほろほろチキンのアロハ ミニトマト	ごはん ぎゅうにゅう なつやさいカレー だいずとちりめんじゃこのごまがらめ ◎あこうみかんゼリー	ぎゅうにゅう ワンタンスープ とびうおフライ ゆでキャベツ タルタルソース	ぎゅうにゅう たなばたじる お☆さまハンバーグ フルーツポンチ	ぎゅうにゅう わかめスープ パリパリはるまき いとかなてんのちゅうかサラダ ミルク	ぎゅうにゅう すましじる スタミナなっとう ツナサラダ てまきのり	ぎゅうにゅう とんじる とりにくのレモンづけ ココロサラダ あおじそドレッシング	◎のむヨーグルト クラムチャウダー カボチャサンド ゆでブロッコリー	ぎゅうにゅう コンソメスープ チキンウインナー ポテトサラダ	ごはん ぎゅうにゅう モロヘイヤスープ チヌのあまからあげ ◎れいとうパン
ざ い り よ う	とうふ・あぶらあげ にんじん・わかめ ねぎ・みそ けずりぶし いわしのうめに はくさい・ハム にんじん・ゆずかじゅう	ぶたにく・もやし キャベツ・にんじん ねぎ・にんにく しょうが・はなかつお みそ・ごま・スープストック ごまあぶら とりにく・パインかん しょうが・にんにく ミニトマト	あつあげ・たまねぎ にんじん・じゃがいも トマト・なす・ピーマン にんにく・にんにくのめ チキンブイヨン・カレールウ だいず・ちりめんじゃこ あぶら・ごま・でんぷん	ワンタン・ぶたにく はくさい・もやし にんじん・ねぎ ほしいたけ・チキンブイヨン とびうおフライ・あぶら キャベツ	うおそうめん・にんじん オクラ・ゆば・とうがん けずりぶし・こんぶ ☆ハンバーグ・でんぷん ☆ナタデココ・パインかん みかんかん・おうとうかん	わかめ・ほたて・かいばしら にんじん・たまねぎ えのきだけ・ねぎ ごま・けずりぶし はるまき・あぶら いとかなてん・ハム きゅうり・キャベツ にんじん・もやし・ごま	とうふ・あぶらあげ みつば・えのきだけ かまぼこ・にんじん けずりぶし・こんぶ なっとう・とりミンチ ねぎ・にんじん・にんにく しょうが・ごまあぶら ツナ・きゅうり・にんじん マヨネーズ	ぶたにく・ごぼう にんじん・だいこん こんにゃく・さといも あぶらあげ・ねぎ けずりぶし・みそ とりにく・でんぷん あぶら・レモンかじゅう きゅうり・にんじん ホールコーンかん	ベーコン・たまねぎ じゃがいも・えび にんじん・グリーンピース あさり・ぎゅうにゅう ホワイルウ・チキンブイヨン しろいんげんまめ カボチャサンド・あぶら ブロッコリー	ベーコン・たまねぎ キャベツ・にんじん ホールコーンかん・セロリ マッシュルーム・パセリ チキンブイヨン チキンウインナー じゃがいも・にんじん きゅうり・レモンかじゅう マヨネーズ	ABCマカロニ・たまねぎ モロヘイヤ・にんじん えのきだけ・チキンブイヨン チヌ・でんぷん・あぶら

日・曜	19 日 (火)
こ ん だ て	ごはん ぎゅうにゅう たぬきじる さばのみそに もやしのごまあえ あじつけのり
ざ い り よ う	こんにゃく・にんじん えのきだけ・ひらてん ごぼう・ねぎ あぶらあげ・しょうが ごまあぶら・けずりぶし でんぷん さばのみそに もやし・にんじん・ツナ ごま・はなかつお

15日(金) AKBこんだて

エーケービー AKBとは、赤穂市、上郡町、岡山県備前市の3つの市町の頭文字のことで、元気で住みよいまちづくりを進めるために「東備西播定住自立圏」を形成しています。

15日(金)はそれぞれの市町の地場産品を使った給食が提供されます。

エー A (赤穂市) チヌ

ケー K (上郡町) モロヘイヤ

ビー B (備前市)



7日(木) 七夕

七夕は中国から伝わったお話です。彦星と織姫のふたりが年に一度だけ7月7日の夜、天の川にかかる橋をわたって会うことがゆるされました。

今年の七夕はきれいな天の川が見れるとよいですね。

給食には、七夕汁、星型のハンバーグ、星型のナタデココが入ったフルーツポンチが登場します。

今月の兵庫県産です

- ★こめ
- ★みそ
- ★だいず
- ★じゃがいも
- ★にんにく
- ★にんにくのめ
- ★ねぎ
- ★あつあげ
- ★みつば
- ★トマト
- ★ピーマン
- ★なす
- ★にんじん(5日)
- ★たまねぎ
- ★あじつけのり
- ★は赤穂産です

給食だよりは赤穂市のホームページにも載せています。

○印は幼稚園の給食日です。

保護者のみなさまへ

向夏の候、保護者のみなさまにはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。
 日頃より、学校給食にご理解とご協力をいただき心よりお礼申し上げます。
 さて、令和3年度学校給食会会計決算につきまして、去る6月8日開催の給食会理事会・
 学校給食センター運営審議会への承認、報告が終了しましたので、その内容をお知らせし
 ます。

令和3年度決算報告

収入総額	212,142,925 円
支出総額	210,695,768 円
差引額	1,447,157 円 (令和4年度へ繰越)

収入の部

科目	収入金額 (円)	備考
給食費	209,615,581	保護者からの負担金 第3子以降給食費補助
補助金	718,000	地産地消推進等の補助金
繰越金	1,747,344	前年度からの繰越金
雑収入	62,000	
計	212,142,925	

支出の部

科目	支出金額 (円)	備考
原材料費	207,801,480	主食費・牛乳費・副食材料費
事務費	441,782	口座振替手数料
需用費	2,452,506	消耗品費・給食だよりの印刷費
計	210,695,768	

令和3年度喫食数 (給食数)

幼稚園	134,113 食
小学校	447,699 食
中学校	209,176 食
赤穂特別支援学校	29,869 食
計	820,857 食

夏を元気に過ごしましょう



7月になり、気温が高くなってきました。暑さで体がつかれ、食欲が落ちやすくな
 ります。1日3食の食事をしっかりとらず、冷たい飲み物や食べ物ばかりとって
 いると、夏ばてになる危険があります。

----- 夏を元気に過ごすための夏ばて対策 -----

★こまめに水分補給をしよう



のどがかわく前に少しずつ
こまめに飲みましょう。

★栄養バランスのよい食事をとろう



主食、主菜、副菜、汁物を、
バランスよく食べましょう。

★温かい食べ物をとろう



冷たいものばかりではなく、
温かいものもとりましょう。

★しっかり睡眠をとろう



睡眠は体力の回復に効果的です。夜ふかし
をしないで十分な睡眠をとりましょう。

★軽い運動や入浴で汗をかこう



体温調節をスムーズに行うためにも、汗を
上手にかけるようにしましょう。

夏やさいを食べよう

夏に旬をむかえる夏やさいは、水分がたっぷりで、体の調子をととのえるビタ
 ミンやミネラルがいっぱいです。夏やさい、いくつ知っていますか？ () に
 やさいのなまえを書いてみましょう。



① ()



② ()



③ ()



④ ()



⑤ ()



⑥ ()



⑦ ()



⑧ ()

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧