



天候等の都合により、献立・食材を変更する場合があります。



こんだて	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金) 名護の日献立								
	8(月)	9(火)	10(水) 屋部小5年欠食	11(木) 屋部小5年欠食	12(金) 屋部小5年欠食								
	15(月)	16(火) 屋部小4年欠食	17(水)	18(木) 欠食: 安和幼 屋部幼・大宮幼	19(金)								
バナナケーキ パイアの シークワサーサラダ 高菜スパゲッティ	一口アジフライ ゴーヤー チャンプルー 冬瓜と 鶏肉のお汁 麦ごはん	フルーツ ヨーグルト 豆サラダ コッペパン ブラウンシチュー	黒豆 ほうれん草の 白和え スルルーの 甘酢かけ 豚肉とごぼうの 炊きこみご飯	なかよし シークワサーゼリー 北農生が考えた「チャーグー のプルコギ」をごはんにのせ て食べよう。 麦ごはん わかめの コンスープ	星型杏仁の フルーツ和え ひじきとひよこ豆の 和え物 野菜コロッケ カレーうどん	モウイの キムチ和え もずく入り 厚焼き玉子 麦ごはん マーボー豆腐	カボチャサラダ 魚のきのこ焼き あみパン コンソメ スープ	くだもの バンサンスー えだまめ シュウマイ キムチ入り 炊きこみご飯	胡瓜とジャコの 甘酢和え 豚肉の 生姜焼き風 玄米ごはん へちまの みそ汁	海の日 いわたし いわしの生姜煮 ゆかりごはん 豚汁	ブロッコリーと きのこソテー チリコーンカン パンと一緒に コッペパン ポタージュ スープ	モウイとささ みの生姜あえ うじら豆腐 もずく入り 炊きこみご飯	チョコレギサラダ ヤンニャムチキン あわごはん 春雨 スープ

熱中症予防に「水分補給」

熱中症予防には、水分補給としっかりと朝ごはんを食べよう。

水分補給のポイント

水分補給の基本は水や麦茶で、汗をかいたときにはスポーツドリンクなども利用しましょう。

のどが渇いたと感じる前に飲む

コップ1杯程度をこまめに飲む

汗をたくさんかいたときには塩分も一緒にとる

～食と子どもの健康展～



日時：令和6年7月20日(土)11:00～16:00
場所：イオン名護店 自転車売り場裏

- 給食に関する展示・島やさいウイズ
- 北部地区給食センターの紹介
- 給食の試食・魚つりゲーム など

こんだて	8/26(月)	8/27(火)	8/28(水)	8/29(木)	8/30(金)
	くだもの 胡瓜とジャコの 甘酢和え 野菜コロッケ スパゲティ ミートソース	アーモンド入り コールスローサラダ ささみチーズ焼き 麦ごはん 夏野菜カレー	シークワサー ソルベ ポテトサラダ ハンバーグの ソースかけ バーガーパン わかめ コンスープ	モウイの梅肉あえ もずく入り 厚焼き玉子 ひじき入り 炊きこみご飯	切干大根の 中華和え 酢豚 麦ごはん アーサの すまし汁