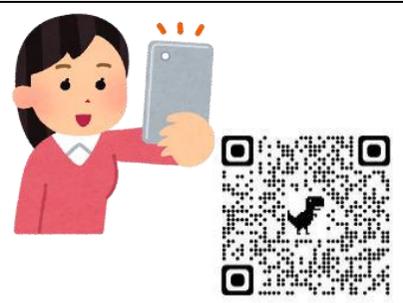
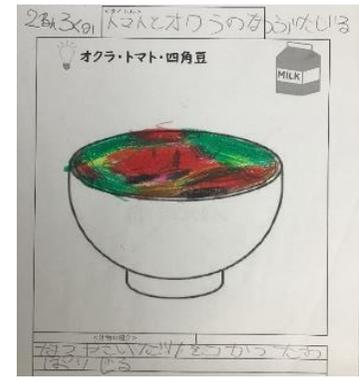
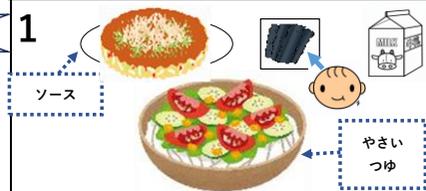
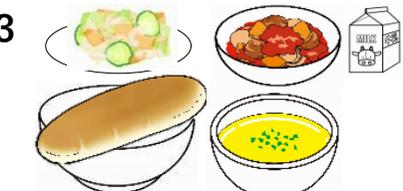
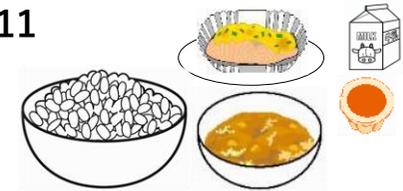


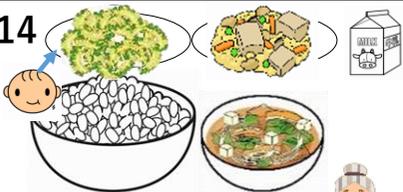
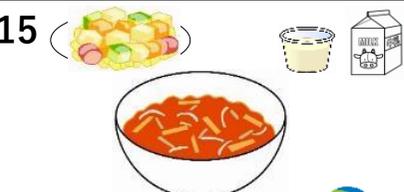
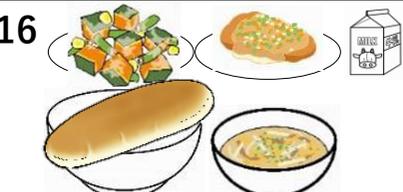
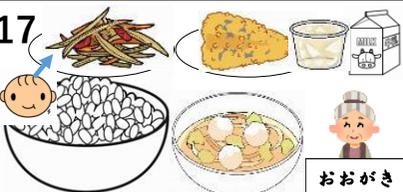
7・8 が つ き ゆ う し ょ く だ よ り

令和7年7・8月

*予定食数 7月14食、8月1食

大垣特別支援学校

月	火	水	木	金
 <p>パプリカ にがうり (ゴーヤ) モロヘイヤ</p>	<p>絵こんだて 小○他○ : 小学部の個数とその他の個数です。 ○○○○ : 配膳時のトッピングの説明です。</p> <p>料理名</p> <p>食育メモ おうちの人と読んでみよう</p>	<p>マークの説明</p> <p>かむかむメニュー よくかもう！</p> <p>おばあちゃん給食 伝統・郷土料理</p> <p>ぎふっこ給食 岐阜県産使用</p> <p>世界ぼうけん給食 世界の料理</p>	 <p>ホームページに こんだてがのってます！</p>	<p>7・8月 食育目標</p> <p>夏の食生活について 考えよう</p>
<p>ちゅうがくぶ ねんせい こんだて かんが 中学部2年生が献立を考えてくれました。</p> 	<p>1</p>  <p>ソース やさい つけ</p> <p>サラダうどん ミニおこのみやき さくさくこんぶ</p>	<p>2</p>  <p>トマトどん モロヘイヤのサラダ フルーツヨーグルト</p>	<p>3</p>  <p>バターロールコッペパン ミートボールのトマトにこみ キャベツのあまずサラダ コーンチャウダー</p>	<p>4</p>  <p>ごはん マーボーなす パンサンスー わかめのスープ</p>
	<p>「さくさくこんぶ」【クイズ】こんぶは、海で育つ海藻の仲間です。では、次のうち海藻ではないものはどれでしょう？①ひじき ②わかめ ③しめじ 正解は…③！しめじは、きのこの仲間なんです。</p>	<p>おばあちゃん給食！岐阜の料理です。下呂に行くとき、地元のものを使って「トマト丼」を食べることができます。【クイズ】フルーツトマトはどんな味のトマトでしょう？①あまい味 ②すっぱい味 ③にが味 正解は…①！</p>	<p>「コーンチャウダー」【クイズ】チャウダーの中に入っている白くて甘いものはなんでしょう？①牛乳 ②とうふ ③ヨーグルト 正解は…①の牛乳！コーンと一緒に煮込んだとろとろのスープです。</p>	<p>「マーボーなす」【クイズ】夏になると「夏野菜」がおいしくなります。次のなかで夏野菜ではないものはどれでしょう？①なす ②だいこん ③トマト 正解は…②！だいこんは寒い冬に甘くなる野菜です。</p>
<p>7</p>  <p>小2他3</p> <p>ちなしずし チキンナゲット トマトとおくらのとんじる たなばたゼリー</p>	<p>8</p>  <p>小2他3</p> <p>みそラーメン じゃがいものごますあえ ちくわのいそべあげ</p>	<p>9</p>  <p>ヨーグルト か みかん どちらかえらぼう！</p> <p>なつやさいのチキンカレーライス もやしのサラダ セレクトデザート</p>	<p>10</p>  <p>ハムカツサンド ちんげんさいのわふうサラダ ミネストローネ</p>	<p>11</p>  <p>ごはん さけのポテサラやき カレースープ やさいゼリー</p>
<p>七夕給食！天の川をイメージした給食です。中学部2年生は夏野菜を育てています。今日は授業で考えてくれた「トマトとおくらの豚汁」が登場します。おくらは、切ると星の形に見えるので、七夕にぴったりの食材です。</p>	<p>「みそラーメン」【クイズ】汗をたくさんかいた日は、熱中症を防ぐためにどうするといひ？①何も食べない ②ジュースを飲む ③水分と塩分をとる 正解は…③！みそは水分と塩分がとれる、熱中症予防にぴったりの食材です。</p>	<p>「もやしのサラダ」【クイズ】大垣市には、もやしの大きな工場があります。その理由は？①暑い ②風が強い ③地下水が多い 正解は…③！大垣市は、地下水が豊富で水がきれいな「水のまち」で、もやし作りにぴったりの環境です。</p>	<p>「ミネストローネ」【クイズ】「ミネストローネ」という名前はどんな意味でしょう？①小さなスープ ②大きなスープ ③らいスープ 正解は…②！大きなスープという意味で、具たくさん栄養たっぷりスープです。</p>	<p>「カレースープ」【クイズ】カレーを食べるとからだはどなる？①暑くなって汗がでる ②寒くなる ③眠くなる 正解は…①！カレーにはからだを温めるスパイスが入っています。カレーを食べると汗が出て、からだの熱をさますのに役立ちます。</p>

月	火	水	木	金
14 	15 	16 	17 	18 
ごはん とうふチャンプルー おきなわやさいチップ おきなわふみそしる 	ソフトめんなすのポロネーゼ パーニャカウダ パンナコッタ 	くらコッペパン とりにくのこめこやき かぼちゃサラダ もやしのみそしる	もちげんまいごはん あゆのいびちやあげ さわあざみときゅうにくのきんぴら ぐずじる なしゼリー 	あなごとじどん ちんげんさいのあえもの さつまじる 
「沖縄野菜チップ」【クイズ】「沖縄野菜チップ」に入っている「にがうり」！これは沖縄の言葉でなんと呼ぶでしょう？①ゴーヤ ②ジュシー ③ソーキ 正解は…①！にがみはあるけど栄養たっぷり！夏を乗り切るお手伝いをしてくれます。 	世界ぼうけん給食！イタリアの料理です。【クイズ】「ポロネーゼ」という名前はどこからきた？①「ポロン」という動物 ②「ポローニャ」という町 ③「ポロ」というおかし 正解は…②！ポローニャ生まれのミートソースだから「ポロネーゼ」と呼ばれています。 	「とりにくのこめこ焼き」【クイズ】「とりにくのこめこ焼き」に使われている「こめこ」とは何でしょう？①お米の粉 ②パンの粉 ③ケーキの粉 正解は…①！こめこは、お米から作られる粉で、もちっとやわらかくなります。	水都おおがき給食！高2は水の豊かな大垣を学んでます。【クイズ】大垣を「水都」と呼ぶのはなぜ？①雨が多いから ②大きなプールがあるから ③地下水が多いから 正解は…③！豊かな水で育つ食材を、今日の給食で紹介しています。	土用の丑の日給食！土用には「うなぎ」を食べることが多いですが、今日は「あなご」を使った給食です。あなごも栄養たっぷりです。夏にぴったりの魚です。元気をつけて暑い夏を乗り切りましょう。 

なつ やす はや お はや ね あさ
夏休みも早起き・早寝・朝ごはん



8/29 
やさいのひきゅうしょく 
1しょくぶんやさいのカレーライス かいそうサラダ プリン
野菜の日給食！「1食分野菜のカレーライス」【クイズ】1日にとるとよい野菜の量はどれくらい？①ひとつかみ ②スプーン1杯 ③手のひら1杯分 正解は…③！野菜を食べると、おなかの調子がよくなり、元気にすごせます！

しょく せい かつ こう ない けっ か
食生活アンケート・校内チェックの結果

4～5月に実施した食生活アンケート（保護者回答）・校内チェック（担任回答）の結果、こんな実態がわかりました。

1人でゆっくりよくかんで食べられる人…68% (小学部…55%、中学部…61%、高等部…87%)

一口入れたら30回噛むと良いと言われています。給食では、食事を2～3等分に付けて皿に盛り、時間を決めて食べる練習をしています。

1人で好き嫌いなく食べられる人…57% (小学部…34%、中学部…71%、高等部…71%)

野菜が苦手なお子さまでも、カリッと揚げたものなら食べられることがよくあります。衣をつけて低温の油でゆっくり揚げるとカリカリになります。

毎日または2日に1回排便をしている人…90% (小学部…88%、中学部…93%、高等部…82%)

排便習慣をつけると腸内環境が改善され、病気にかかりにくくなると言われています。まずは毎日決まった時間にトイレに行く習慣をつけましょう。

▶▶ 保護者のみなさまからいただいたご意見については、「学校給食献立予定材料表」の最後にご紹介させていただいています。



月	火	水	木	金
---	---	---	---	---

