



令和8年7月 こんだてひょう



城東小学校

Table with columns for date, day of week, menu items, and food groups (1-6 groups). Includes illustrations of various food items like fish, vegetables, and fruits.

・食材は、体の中の動きによって3つの仲間に分けられています。 ・汁物のだしには、煮干しやむろあじ、昆布などを使用しています。

給食回数：11回

・毎月19日は「食育の日」として、『まごわ(は)やさしい』豆・ごま・わかめ(海藻)・野菜・魚・しいたけ(きのこ)・いもを取り入れた献立を紹介します。今月は1日に実施します。

※ 献立内容は都合により変更することがあります。



喜に負けない 夏休みのすし方



Four panels of health advice: 1. 朝食をとろう (Breakfast is the source of energy for the day). 2. 早寝や早起きをしよう (Try to go to bed early and wake up early). 3. 冷たいもののとりすぎに気をつけよう (Be careful of eating too much cold food). 4. 栄養バランスのよい食事をとろう (Eat a balanced meal with main food, main dish, side dish, and soup).