



きゅうメール

ひ
【日にち】

がつついたち か
7月1日(火)

【こんだて】

しゅしよく
主食

だいせん めぐ
大山の恵みコッペパン

しゅさい
主菜

ドライカレー

ふくさい
副菜

やさい
野菜スープ

らっきょうサラダ

た
その他

ぎゅうにゅう
牛乳

はいぜんず
【配膳図】



きょう ちさんちしょう
【今日の地産地消】

とっとりけんさん ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく
鳥取県産：パン、牛乳、牛肉、豚肉、たまねぎ、にんじん、キャベツ、らっきょう、
じゃがいも、えのきたけ、きゅうり

きゅうしよく
【給食センターより】

がつ きゅうしよく もくひよう あつ ま しよくじ
7月の給食の目標は、「暑さに負けない食事をしよう」です。

がつ はい きおん じょうしょう ねっちゅうしょう き きせつ
7月に入り、気温が上昇し、熱中症にならないように、気をつける季節が

やってきました。みなさんが、自分の体を元気にするためには、「早寝・早起き・

あさ ころ こころ がっこうせいかつ たいせつ しゅくだい
朝ごはん」を心がけて、学校生活をおこなうことが大切です。そのためには、宿題

などの学習を早めにして、早く寝るようにしましょう。そして必ず朝ごはんを食べて

とうこう なか から ごぜんちゅう げんき す
登校してください。お腹が空っぽのままだと、午前中、元気のないまま過ごすこと

につながります。給食もきちんと食べて、疲れ知らずで、夏を乗り切りましょう。