



きゅうメール

【日にち】 7月2日(木)

【こんだて】

しゅしよく
主食

はん
ご飯

しゅさい
主菜

や
タラのマヨ焼き

ふくさい
副菜

しる
じゃがいものみそ汁

きりぼしだいこん ず あ
切干大根のごま酢和え

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】

ちづちょうさん こめ せ と
智頭町産: 米、みそ(勢登さん)

とっとりけんさん ぎゅうにゅう ぶたにく
鳥取県産: 牛乳、豚肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、かぼちゃ、ねぎ

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 もくひょう 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・朝ご
はん」を心がけて、学校生活を送ることが大切です。そのためには、宿題などの
がくしゅう はや はや ね かなら あさ た どうこう
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。