

7月のこんだて

令和4年度 東京都立武蔵台学園

● 今月の給食目標 ●

「正しい手の洗い方を身に付けよう」

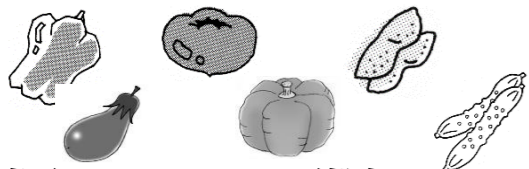


きれいに手を洗おう!!




石けんをよく泡立てて、手のひらや手の甲をしっかりと洗います。忘れがちな指と指の間、つめ、手首もよく洗って、水で洗い流します!

夏の野菜を食べよう♪



給食にもいろいろ登場します。

ピーマン 

独特の香りと苦みがあり、ビタミンCが多い野菜。赤や黄色のカラフルなピーマンは甘みあるのが特徴。

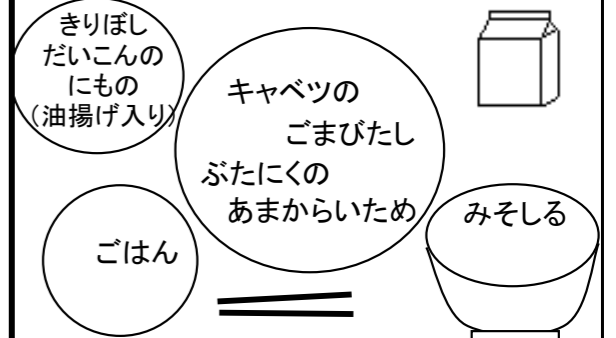
かぼちゃ 

カロテンが豊富。目や皮膚などを健康に保ち、体の抵抗力をつけるほか、ビタミンEやCもたくさん含まれています。

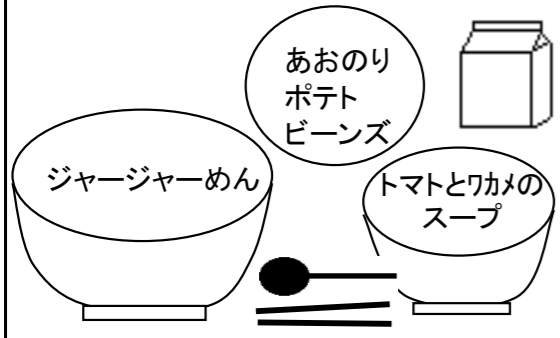
なす 

鮮やかな紫色の皮には、抗酸化成分のナスニン（ポリフェノール）が多く含まれています。

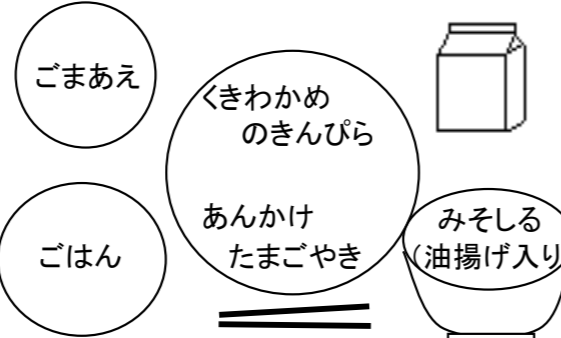
1 日 (金)



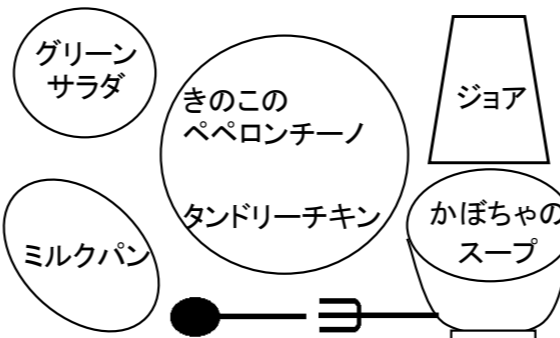
4 日 (月)



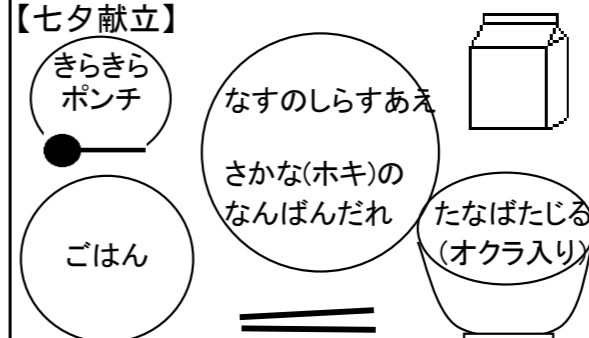
5 日 (火)



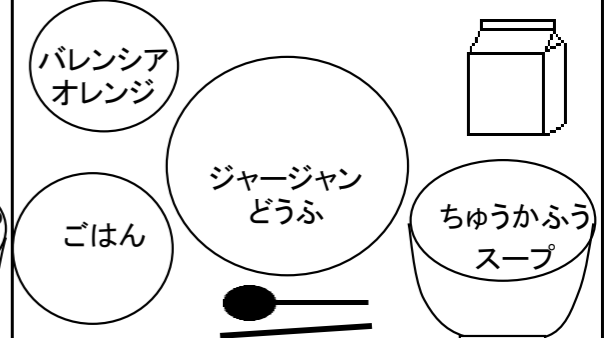
6 日 (水)



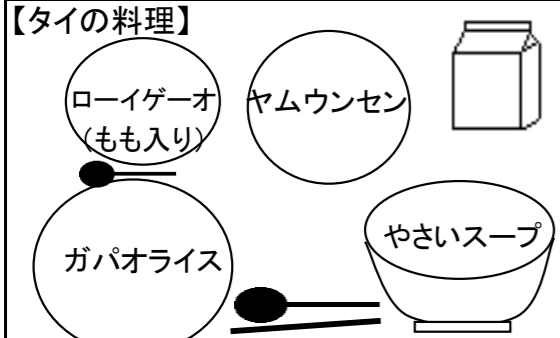
7 日 (木)



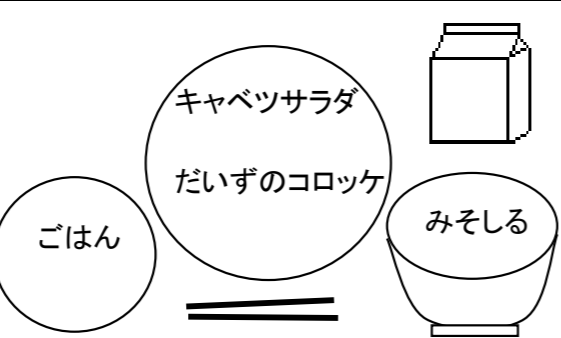
8 日 (金)



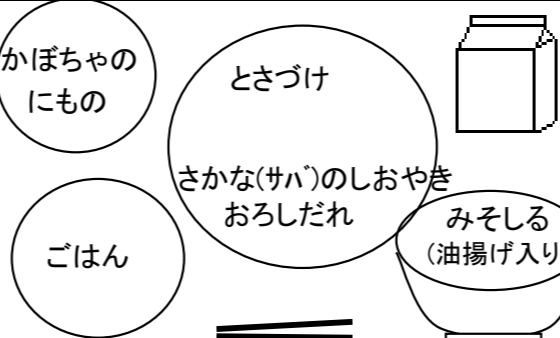
11 日 (月)



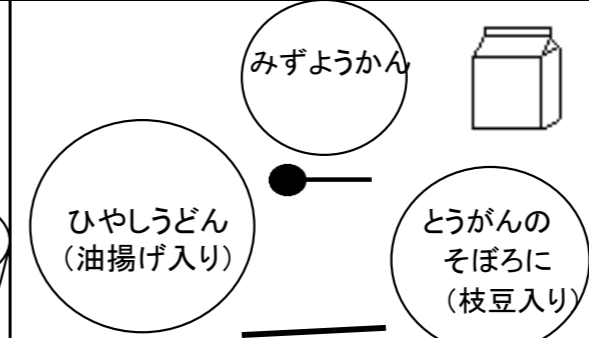
12 日 (火)



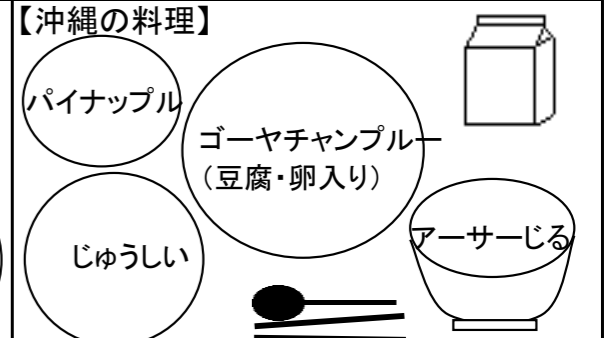
13 日 (水)



14 日 (木)

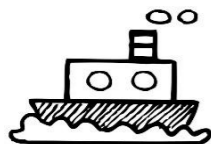


15 日 (金)

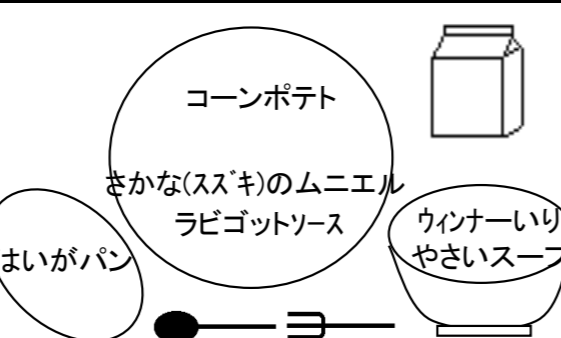


18 日 (月)

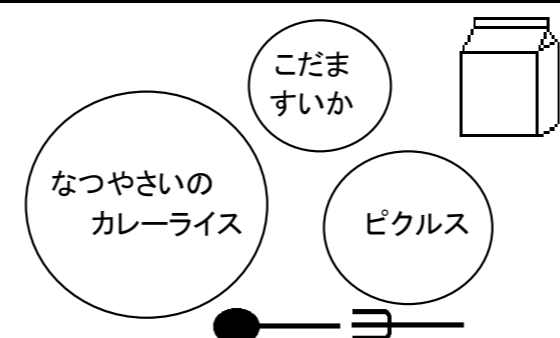
海の日 



19 日 (火)



20 日 (水)



21 日 (木) ~

夏休み

2学期の給食は9月2日からです。



* 食材の都合により、献立を変更することがあります。ご了承下さい。