



Main table with columns: 実施日, 除去対応給食, 献立名, 食べ物のはたらき (赤, 緑, 黄), 栄養価 (エネルギー, たんぱく質), お知らせ. Rows include items like ごはん, パオズ, 揚げ若どりのレモン煮, etc.

たべたくんマークは蒲郡の日給食です。



カミちゃんマークはカミカミ給食です。よく噛んで食べましょう。

※食材の太文字は愛知県産の予定です。 ※材料は都合により変更することがあります。

※食材の安全を確認して使用しています。 ※は業者配送です。

生産者紹介 「なす」

7月は、蒲郡市の清田町で作られているなすを給食で使用します。生産者の村田裕太さんが、心を込めて大切に育てています。...



つやとほりがおいしさの印です!



なすの生産者:村田裕太さん(清田町)

28品目のアレルギーを含む食品の情報は、対象者に配布するアレルギー一覧表に表示しています。28品目以外のアレルギーを含む食品の情報が必要な場合は、学校給食センターにてご確認ください。

※この献立一覧表は、すべての食品や調味料が表示されているわけではありません。(加工食品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)

昨年度の応募献立で入選した蒲郡中学校2年生 生田裕菜さん(入選当時の)の「豆たっぷりドライカレー」を実施します。

7/10 (木)

大豆、えだ豆、ひよこ豆の3種類の豆を使ったり、ひき肉の代わりに油揚げを使ったりと、応募献立のテーマ「豆や大豆製品を使った料理」にぴったりの、ごはんが進む献立を考えてくれました。



牛乳は「熱中症」を防いでくれる強い味方です!

カルシウムだけじゃない牛乳パワー!!

牛乳の栄養は、カルシウムだけでなく、たんぱく質、脂質、糖質の3大栄養素をバランスよく含んでいます。

運動後にたんぱく質と糖質を多く含む牛乳を摂取すると、血液量が増加して熱中症のリスクを下げられます。また、汗をかくと塩分も失われるため、適量のナトリウムを含む牛乳は、運動後に飲むのが効果的です。



毎月17日は『地魚の日』です ～ 地魚を食べよう!～

蒲郡の漁港には、一年を通して様々な種類の魚が水揚げされています。「新鮮な蒲郡の魚をみんなに味わってほしい」という思いから、毎月17日を地魚の日と制定し、普及活動を推進しています。

蒲郡メヒカリのキャラクター



「ひか丸くん」



朝ごはんを食べて学校へ行こう

しっかり勉強! 元気に運動!! 笑顔で友達とも仲良しに!!!

毎月19日は食育の日です ～ おうちでごはんの日～

※給食のお米は設楽町産米を使用しています。

※今月の卵アレルギー対応給食の実施日は卵マークの日です。提供を受ける方は、「蒲郡市卵アレルギー対応給食承諾書」を確認してから食べましょう。