

Table with columns for Date, Day, Breakfast (献立), Energy, Protein, Fat, Salt, Lunch (献立), Energy, Protein, Fat, Salt, and Remarks (備考). It lists daily menu items and their nutritional values for the month of June.

選んだもの(A・B・弁当)を記入しておきましょう

都合により食材料を変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

次の印は、印の右に示す食品が入っています。 ※ 卵 ◇ 牛乳・乳製品 ☆ えび・かに △ 貝類

★今が旬の船橋産食材：トマト★

船橋市で収穫されるトマトは、5月後半から7月前半に多く流通しています。トマトは夏野菜といわれていますが、強い日差しを好むものの、高温多湿に弱い野菜です。そのため、真夏よりも春から初夏が、おいしいトマトを食べられる時期です。

～おいしいトマトの選び方～

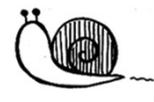
- 皮にハリがあり、ずっしりと重いもの
ヘタが緑色でピンとしているもの
おしりに放射状の筋がでているもの
全体がよく色付いているもの



～七林中学校 給食の3つの約束～

- お皿はきちんと持つていく。
友達にあげたりもらったりしない。
手をつけずに残すのではなく、できるだけ2/3以上は食べるように心がける。

【決めた献立をしっかりと食べることで 栄養バランスが整います】



◆生徒が考えた献立が給食に登場◆

現3年生が、2年後期の家庭科の授業で献立を考えました。一所懸命に取り組み、よい献立ができたので給食に取り入れられました(多少アレンジしています)。

6月は、3年3組(16日)、3年4組(26日)、3年2組(27日)、3年3組(30日)の生徒が考えた献立です！

6月～9月 旬の船橋産水産物は「すずき」♪



6月分の給食申し込み締め切りは、3月15日(水)朝学活終了後です。6月分の給食費引き落としは、5月1日(月)です。

6月分の給食費(全食分の金額です)

330円×19回=6270円

