

8月給食だより（小学校）



夏休みが終わり、2学期が始まりました。休み明けは、体の不調を訴える人が多くなります。規則正しい生活と栄養バランスのとれた食事を心がけ、元気に過ごしましょう。子供たちが勉強や活動に、元氣よく取り組めるように、栄養満点のおいしい給食づくりに努めて参りますので、よろしくお願いします。

令和7年 8月号
東松島市学校給食センター（愛称ハッピート）
※東松島市のホームページにも掲載しています。

8月こんだてひょう

今月の食育相談日
8月20日（水）

「食」に関する相談に栄養士がお答えします。センターにいらしていただくも
良し、電話をくださるも良し、お気軽にご相談下さい。
(TEL24-9409)

日	こんだてめい ★は各校配送			おもな食品名と体の中でののはたらき						※栄養価の表示	
				あかのなかま 血や肉になる	みどりのなかま 体の調子を整える	きいろのなかま 熱や力のもとになる				エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
				1群 魚 肉 卵 豆 豆製品	2群 牛乳 乳製 品 小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の 野菜 果物	5群 米 パン めん いも 砂糖	6群 油脂	脂 質(g)	食 塩(g)
22金	牛乳	むぎ ごはん	なつやさいカレー チキンナゲット（2こ） フルーツのゼリーあえ	鶏肉 鶏レバー	牛乳 チーズ	にんじん パブリカ トマト かぼちゃ	レモン 玉ねぎ にんにく なす りんご 黄桃 グリーンピース みかん パインアップル いちご ナタデココ ブルーベリー	ごはん 米粒麦 米粉 でん粉 じゃがいも 砂糖 ゼリー	サラダ油 大豆油	680	22.8
25月	牛乳	ごはん	とうふハンバーグてりやきソース キャベツとツナのサラダ たまねぎのみそしる	鶏肉 豆腐 まぐろ油漬け 油揚げ みそ	牛乳 わかめ 煮干し	パブリカ ブロッコリー にんじん	玉ねぎ キャベツ コーン えのきたけ	ごはん パン粉 小麦粉 上白糖 でん粉 じゃがいも きざみ麩	ごま ドレッシング	609	23.6
26火	牛乳	ごはん	さばのなんばんづけ ひじきとれんこんのごもくに キムチとんじる	さば 鶏肉 さつま揚げ 大豆 豚肉 木綿豆腐 みそ	牛乳 ひじき	にんじん	しょうが 長ねぎ れんこん ごぼう 枝豆 はくさい だいこん ぶなしめじ 玉ねぎ	ごはん でん粉 上白糖 じゃがいも	大豆油 サラダ油	646	29.9
27水	牛乳	ミルク パン	とりにくのバーベキューソース バターコーンポテト コンソメスープ ★ヨーグルト	鶏肉 バラベーコン	牛乳 ヨーグルト	にんじん パセリ ほうれん草	玉ねぎ りんご コーン キャベツ だいこん もやし ぶなしめじ	ミルクパン はちみつ きび砂糖 じゃがいも	サラダ油 バター	648	27.9
28木	牛乳	ごはん	カツオカツ/バックソース きりぼしだいこんのいために なすのみそしる	かつお さつま揚げ かつお節 油揚げ みそ 木綿豆腐	牛乳 煮干し	にんじん こまつな	玉ねぎ しょうが 切干大根 糸こんにやく たもぎたけ 枝豆 なす 長ねぎ	ごはん 砂糖 パン粉 小麦粉 きび砂糖	大豆油 サラダ油	585	23.3
29金	牛乳	ごはん	とりにくののりからあげ チョレギサラダ コーンたまごスープ ★れいとうパイン	鶏肉 絹ごし豆腐 鶏卵	牛乳 あおさ粉 焼きのり わかめ	にんじん パブリカ	しょうが にんにく キャベツ きゅうり 玉ねぎ えのきたけ コーン 長ねぎ パインアップル	ごはん 上白糖 でん粉	大豆油 ごま ドレッシング	622	28.5

¥

献立の中に「塩ecoマーク」がついている日は、
塩分量が少ない献立の日です。
健康のために薄味を心がけましょう。 塩eco＝減塩

■ 給食休みの学校・学年

（変更になることがありますので、
各学校の おたより等をご確認ください）

29日（金） 東小特支

学校給食物価高騰対策事業

令和7年度の1食当たりの学校給食費は、小学校352円、中学校421円ですが、
特定防衛施設周辺整備調整交付金を活用して、小学校1食当たり234円、中学校
1食あたり281円を補填し、保護者負担の軽減を実施しています。
しかし、食料費高騰の影響が長期化する中で、保護者への負担が増加しないよう、更なる支援が
必要となっています。そのため、新たに地方創生臨時交付金970万円を活用して、小学校1食当
り17円、中学校1食あたり19円を追加補填し、保護者に負担を求めることなく、給食の質を維持します。