

中学校（デリバリー給食実施校を除く）、
義務教育学校（後期課程）の皆様

4、5月分の口座振替予定日は 6月 30日 火 です

振替日の前日までに口座の確認、入金等をお願いします。

中学校・義務教育学校後期課程 10,600円

※アレルギー、長期欠席、学級閉鎖、災害等により給食を食べなかった場合は、減額する場合があります。

残高不足で引き落とし不能が増えています！忘れずに入金をお願いします！



夏野菜を食べよう



夏野菜には暑い夏に汗などで失いがちな水分やビタミンが多く含まれています。きゅうり、ズッキーニ、ピーマン、トマトが代表的な夏野菜です。秋にとれるイメージのあるかぼちゃも夏野菜の一つです。

6月から7月の学校給食には、小学校ではズッキーニのおかかあえ、中学校では冬瓜とうがんのぴり辛いためなど夏野菜を使用した献立を多く取り入れています。夏野菜を上手に取り入れて暑い夏を乗り切りましょう。

ズッキーニ

見た目はキュウリに似ていますが、実はかぼちゃの仲間です。かぼちゃに比べて水分が多く、糖分が少ないので味はあっさりとしています。

冬瓜とうがん

夏に収穫でき、冬まで持たせることができるため「冬瓜」の名前がついたとも言われています。火を通すとつるりとして、のどごしのよい触感となり、食欲のない夏にも食べやすい野菜です。

