

給食だより夏休み号

令和7年7月18日 赤塚第二中学校



規則正しい
朝・昼・夕の食事

そろえよう
主食・主菜・副菜

早寝・早起き
元気に活動

暑さに負けない体づくりのポイント

喉が渇く前に
こまめに水分補給

運動するときは
塩分も一緒に

冷たい食べ物
食べ過ぎ注意

	主食	おかず	デザート
1位	キムチチャーハン	タツカルビ	チョコケーキ
2位	きなこ揚げパン	鶏の唐揚げ	白玉サイダーポンチ
3位	味噌ラーメン	のり塩フライドポテト	カルピスポンチ
4位	豆乳担々つけ麺	ジャンボ揚げぎょうざ	大学芋
5位	カレーライス	キムチ味噌スープ	あしたばチーズケーキ

2学期の給食に登場します！

リクエストメニュー
赤二中



板橋区成増
染宮さん



板橋区西台
山口さん



板橋区徳丸
石井さん

キャベツ大根
きゅうり・トマト
紺なす・白なす
じゃがいも

小松菜・玉ねぎ・きゅうり
じゃがいも・とうもろこし

トマト

1学期に登場した野菜

2学期の給食は9月2日(火)から始まります！



募集期間

令和7年7月19日(土)～8月29日(金)

食べきれなかった料理や、余りがちな食材、
野菜の皮や芯を使用したオリジナルレシピを募集します。



賞品

最優秀賞 (1作品)

いたばし Pay 10,000 ポイント

優秀賞 (3作品)

いたばし Pay 5,000 ポイント

佳作 (5作品)

いたばし Pay 3,000 ポイント

参加賞

いたばし Pay 500 ポイント

※なくなり次第終了

区のホームページより応募フォームにアクセスしていただき、
必要事項を入力し、完成後の料理の写真を添付のうえ、
電子申請によりご応募ください。

いたばし食べきりレシピコンテスト 検索

区ホームページで「いたばし食べきりレシピコンテスト」で検索
または右の二次元コードよりアクセス！



板橋区は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。



問合せ
板橋区資源循環推進課資源循環協働係

〒173-8501 板橋区板橋 2-66-1

電話：03-3579-2258 FAX：03-3579-2249