

食事は元気のみなもと。
偏りがちな食事が増えて
いることは、子どもから
大人までの健康課題とな
っています。

そこで、占冠村の小学生
と中学生を対象にした
1 日限定のこども食堂を
開店します。

こども食堂では、
栄養士監修のバランスの
とれた和食の昼ごはんを
提供します。

小学生・中学生の皆さん
のお越しをお待ちしてい
ます。

占冠村公民館事業

占冠村自主創造プログラム

1日こども 食堂かえで



8.11

祝日
(火)

【注意事項】

- 対象は、小学生・中学生
です。保護者の方と就学
前のお子様は、対象外と
なります。
- 食事提供までお時間が
かかる場合があります。
ホールで遊んでお待ち
ください。ボランティア
見守りあり。
- アレルギー対応はでき
ませんので、各自でご確
認ください。
- 13:00 までお越しにな
らない場合は、キャンセ
ルとさせていただきます
す。

メニュー



- 混ぜご飯
- けんちん汁
- 鮭ボール
- ほうれん草の
塩昆布和え
- 牛乳かん
- オレンジソース

詳細は裏面をご覧ください。

30 食限定（事前予約制）

料金 100 円

持ち帰り不可

時間 11:30～13:30

場所 占冠保育所交流コーナー

対象 小学生・中学生

トマム地区送迎あり

行き トマム支所発 11:00
帰り 保育所発 13:30

申込みフォーム
7月22日（水）まで



お問合せ
占冠村教育委員会
0167-56-2183

共 催
1日こども食堂かえで



アレルギー対応はしていません。

アレルギーのある場合、使用食材内容を確認してください。

〈1 日子ども食堂予定献立表〉

献立名	使用食材
混ぜご飯	米、ごぼう、人参、油揚げ、竹輪、ひじき、 タケノコ水煮、大葉、切りのり かにかま(カニエキス、卵白、大豆、小麦)、 だし汁(昆布・かつお)、しょうゆ、塩、酒、 みりん、さとう(上白糖)
けんちん汁	鶏もも肉、大根、人参、木綿豆腐、こんにゃく、 長ネギ、しめじ、 だし汁(昆布・かつお)、しょうゆ、 塩、酒、みりん
鮭ボール	じゃが芋、バター、玉ねぎ、小麦粉、卵、 パン粉、揚げ油、キャベツ、トマト、 ズッキーニ、ブロッコリー 手作りフレンチドレッシング(さとう、塩、酢、油)
ほうれん草の塩昆布和え	ほうれん草、 塩昆布、しょうゆ
牛乳かんオレンジソース	牛乳、アガー、さとう、みかん缶、アップルミント マーマレードジャム(オレンジ)

※醤油には小麦・大豆が含まれます。