



平成30年7月分 学校給食献立予定表

あつさにまけないしょくじをしましょう

日 曜	献立名	おもにからだをつくるものになる		おもにからだのちょうしをととのえる		おもにエネルギーのもとになる		献立に含まれるアレルギー表示 (特定原材料及びそれに準ずる27品目)
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん	
2月	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ちゃんむしスープ	とりにく・【たまご】 かまぼこ		にんじん・【みつば】	えのきだけ・ほししいだけ	でんぷん	あぶら	鶏肉 卵 小麦 大豆 豚肉 さば
	☆ミンチカツ (ソース)	ふたにく・だいすこ			たまねぎ	パンこ・こむぎこ さとう	あぶら	豚肉 小麦 大豆 りんご 大豆
	ごはん					【こめ】		
3火	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	わかめじる	とりにく・かまぼこ あぶらあげ・【とうふ】	わかめ	にんじん	えのきだけ・ねぎ ほししいだけ		あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	たちうおのてりやき	たちうお				さとう	あぶら	大豆 小麦
	◎きゅうりのこんぶあえ		こんぶ		きゅうり			大豆 小麦
	ごはん					【こめ】		
4水	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	キャロットポタージュ	とりにく	なまクリーム	にんじん・パセリ	たまねぎ		ホワイトルウ あぶら	鶏肉 乳 豚肉 大豆
	スコッチエッグ (トマトケチャップ)	たまご・ふたにく とりにく			たまねぎ	パンこ・さとう	あぶら	卵 豚肉 鶏肉 小麦 大豆
	◎ブロッコリーのドレッシングあえ			ブロッコリー			ドレッシング	小麦 大豆 りんご 鶏肉 豚肉
	ごはん					【こめ】・おむぎ		
5木	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	とうがんのカレーに	【ふたにく】・あぶらあげ ちくわ		にんじん・さやいんげん	はくさい・とうがん・ねぎ		カレールウ あぶら	豚肉 大豆 小麦
	キャベツいりつくね (おこのみソース)	とりにく・ふたにく			キャベツ・しょうが	でんぷん・さとう	あぶら	鶏肉 豚肉 もも りんご 小麦 大豆 鶏肉 豚肉
	*さくらんぼゼリー				さくらんぼゼリー			
	*ブルーベリーゼリー				ブルーベリーゼリー			
6金	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	たなばたじる	とりにく・かまぼこ うおめん		にんじん	えのきだけ・はくさい・ねぎ		あぶら	鶏肉 小麦 大豆 豚肉 さば
	ハンバーグのおろしソース	とりにく・ふたにく			だいこん・たまねぎ	さとう じゃがいも	あぶら	鶏肉 大豆 豚肉 小麦
	◎ほうれんそうのおひたし			【ほうれんそう】		さとう		大豆 小麦
9月	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ごじる	【ふたにく】・だいすこ 【とうふ】・ミックスみそ		にんじん	だいこん・ねぎ・しょうが	さといも	あぶら	豚肉 大豆
	☆とびうおフライレモンソース	とびうお			レモン	パンこ・こむぎこ でんぷん・さとう	あぶら	小麦 大豆

・* _____ するしのれいとうパインのからぶくろ、さくらんぼゼリー、ブルーベリーゼリーのからようき・スプーンはぎょうしゃがかいしゅうします。

・◆はおうぼこんだてです。

・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしようします。

・【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしようしています。(てんこうにより、さんちがかわることがあります。)

・こんだてめいに()できさいされているちょうみりょうは、こぶくろタイプです。

・◎じるしはセンターでドレッシングなどであえてあります。

・☆じるしはセンターであげてちょうりしてあります。

・6日、10日、18日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがあります、食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。



★夏休み親子料理教室開催のお知らせ★

日 時	会 場	定 員	対 象
7月27日(金) 午前10時～午後1時	尾西生涯学習センター	12組 24名 (先着順)	市内在住の親子 (小学校3年生～小学校6年生)
7月27日(金) 午前10時～午後1時	千秋公民館 (千秋町出張所)	12組 24名 (先着順)	＜内 容＞ パパッと簡単！バランスのよい朝ごはん
7月27日(金) 午前10時～午後1時	開明公民館 (尾西運動場)	12組 24名 (先着順)	＜献 立＞ もりもりカルシウム丼 具だくさん豆乳みそ汁 鶏肉のカレー風味あんかけ びっくり！噴水フルーツポンチ



＜持ち物＞
エプロン・ふきん(食器用)・台ふき
水分補給ができるように水筒など
一人400円(会場にて徴収)

＜参加費＞
7月3日(火)午前9時より電話受付開始
希望会場・氏名(保護者名・児童名)・住所
自宅電話番号・児童の学校名をご連絡ください。

＜申込み＞
一宮市教育委員会 学校給食課(南部学校給食共同調理場)
Tel. 28-8650 *募集定員に達した時点で締め切ります。





平成30年7月分 学校給食献立予定表

あつさにまけないしょくじをしましょう

日曜	献立名	おもにからだをつくるもとになる		おもにからだのちょうしをととのえる		おもにエネルギーのもとになる		献立に含まれるアレルギー表示 (特定原材料及びそれに準ずる27品目)
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん	
10	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ぎゅうどん	さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	ぎゅうにゅう にゅうせいひん こざかな・かいそう	いろいろのこいやさい	そのたのやさい くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	あぶら	牛肉 大豆 小麦
	ひじきサラダ (あおじそドレッシング)	マクロフレーク	ひじき	にんじん	たまねぎ・ねぎ しめじだけ キャベツ・きゅうり とうもろこし	さとう	ドレッシング	大豆 小麦 小麦 大豆 さば
11	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	じゃがいものそぼろに	あいひきにく (ぎゅうにく・ぶたにく)		にんじん・さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも・さとう こんにゃく	あぶら	牛肉 豚肉 大豆 小麦
	☆とりにくのたつたあげ	とりにく			しょうが	でんぶん	あぶら	鶏肉 大豆 小麦
12	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	B・Bカレー	ぎゅうにく・【だいず】		にんじん	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも	カレールー あぶら	牛肉 大豆 小麦 豚肉 りんご パナ
	フルーツカクテル				みかん・パイナップル・もも	カクテルゼリー		りんご もも 大豆
13	ちゅうかめん					【ちゅうかめん】		小麦
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	しおラーメン	【ぶたにく】・なると		にんじん	もやし・キャベツ とうもろこし・ねぎ		あぶら	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ゼラチン さば ごま
	◆☆ミニからあげのくろすだれ *れいとうパイナップル	とりにく			しょうが	でんぶん・さとう	あぶら	鶏肉 大豆 小麦
17	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	けんちんじる	とりにく・【とうふ】		にんじん	ごぼう・だいこん ねぎ	こんにゃく	あぶら ごまあぶら	鶏肉 大豆 ごま 小麦
	☆あなごのてんぷら (てんつゆ)	あなご				こむぎこ でんぶん	あぶら	小麦 大豆
	◎いんげんのごまあえ			さやいんげん		さとう	ごま	ごま 小麦 大豆 さば 乳 鶏肉
18	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ぶたじる	【ぶたにく】・あかみそ 【とうふ】・あぶらあげ		にんじん	ごぼう・だいこん・ねぎ	さといも	あぶら	豚肉 大豆
	てりどり れいとうみかん	とりにく			しょうが	さとう	あぶら	鶏肉 大豆 小麦
19	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ゆばのすましじる	とりにく・【とうふ】 ゆば		にんじん	えのきだけ・ほししいたけ はくさい・ねぎ		あぶら	大豆 鶏肉 小麦
	☆あじのカレーふうみフライ	あじ				パンこ・こむぎこ	あぶら	小麦 大豆
	◎はなやさいのドレッシングあえ やさいふりかけ	かつおぶし		ブロッコリー	カリフラワー		ドレッシング	大豆 小麦 りんご ごま 卵

・* _____ するしのれいとうパイナップルのからぶくろ、さくらんぼゼリー、ブルーベリーゼリーのからようき・スプーンはぎょうしゃががいしゅうします。

・◆はおうぼこんだてです。

・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしゅうします。

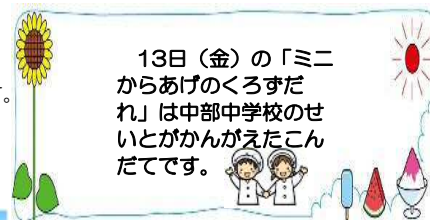
・【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしゅうしています。(てんこうにより、さんちがかわることがあります。)

・こんだてめいに()でさいさいされているちょうみりょうは、こぶくろタイプです。

◎じるしはセンターでドレッシングなどであえてあります。

☆じるしはセンターであけてちょうりしてあります。

・6日、10日、18日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがあります。食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。



13日(金)の「ミニからあげのくろすだれ」は中部中学校のせいとがかんがえたこんだてです。



好評献立のレシピを公開しています

★すいぶんほきゅう★

こどものころは、あそびにむちゅうになると「のどのかわき」にきづくのがおくれ、きけんなサインをみのがしがちです。「のどがかわいた」とかんじたときは、もう「だっすいしょう」がはじまっているのです。のどのかわきをかんじるまえに、じかんをきめてすいぶんほきゅうをするようにしましゅう。

～こうかてきなすいぶんほきゅうのタイミング～



○あさ、おきたとき



○うんどうまえ
○うんどうちゅう
○うんどうご



○にゅうよくまえ
○にゅうよくご



○トイレのあと



○ねるまえ

