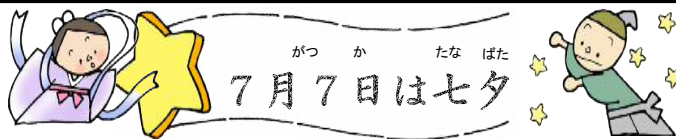


令和2年 7月分 小学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課

一宮市立〇〇小学校

| 日 曜 | 献立名 | 赤 | 緑 | 黄 | アレルギー義務表示 卵 乳 小麦 大豆 鶏卵 落花生 |
|--------|-----------------------|--------------------------|--|---------------------------------|-------------------------------|
| | | からだのち・にく・ほねに なるしょくひん | からだのちょうしをととのえる しょくひん | からだのねつやちからの もとになるしょくひん | |
| 1 水 | ごはん | | | こめ | |
| | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | 乳 |
| | みそしる | ふたにく・とうふ・あぶらあげ わかめ・みそ | にんじん・だいこん・えのきたけ・ねぎ | さといも | |
| | チキンのオニオンジンジャーソース | とりにく | たまねぎ・あかパプリカ・しょうが | さとう・こむぎこ・でんぷん あぶら・こまあぶら | 小麦 |
| 2 木 | むぎごはん | | | こめ・おおむぎ | |
| | だいずいりツナごはんのく | だいず・ひじき・ツナ | えだまめ・とうもろこし・しょうが | さとう | |
| | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | 乳 |
| | とうがんじる | とりだんご・かまぼこ | とうがん・にんじん・えのきたけ・ほししいたけ こまつな・ねぎ | | |
| 3 金 | ごはん | | | こめ | |
| | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | 乳 |
| | ワントンスープ | ベーコン | チンゲンサイ・もやし・ほししいたけ・にんじん | ワントンのかわ | 小麦 |
| | にくだんごのくろずがらめ | にくだんご | かほちゃ・たまねぎ・あかパプリカ・きパプリカ | あぶら・さとう・でんぷん | |
| 6 月 | ごはん | | | こめ | |
| | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | 乳 |
| | キムチじる | ふたにく・なまあげ・みそ | こまつな・はくさい・ねぎ・しめじ | | |
| | しろみざかなの たまごあんかけ・2こ | たら・あおさ・おきあみ・たまご | にんじん・えのきたけ・さやいんげん | こむぎこ・でんぷん・さとう こめこ・あぶら・こまあぶら | 卵・小麦 |
| 7 火 | ごはん | | | こめ | |
| | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | 乳 |
| | あまのがわじる | かまぼこ | オクラ・にんじん・えのきたけ | ピーマン | |
| | ほしのうめおろしハンバーグ | とりにく・ふたにく | たまねぎ・にんにく・しょうが・だいこん・うめほし | ラード・さとう・でんぷん あぶら | |
| すだちゼリー | | | すだちゼリー | | |
| 8 水 | ごはん | | | こめ | |
| | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | 乳 |
| | わかめスープ | わかめ・ベーコン・とうふ | きりほしだいこん・にんじん・チンゲンサイ たけのこ・えのきたけ・ねぎ・しょうが | | |
| | はるまき | ふたにく | キャベツ・もやし・にんじん・にら・エリンギ | でんぷん・さとう・こまあぶら あぶら・こむぎこ・みずあめ | 小麦 |
| 9 木 | ごはん | | | こめ | |
| | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | 乳 |
| | ちゃんこじる | とりにく・やきとうふ | しらたき・はくさい・にんじん・ねぎ・えのきたけ しょうが | | |
| | さばのぎんがみやき | さば・みそ | | さとう・こめこ | |
| 10 金 | ナン | | | ナン | 小麦 |
| | じもとやさいのドライカレー | とりにく | はくさい・なす・キャベツ・にんじん・ピーマン じゅうろくささげ・トマト | カレールウ・あぶら | 小麦 |
| | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | 乳 |
| | だいずナゲット・2こ | だいず | にんにく・しょうが | でんぷん・さとう・あぶら | |
| | ココアパウダー | | | ココアパウダー | |



7月7日は七夕

七夕は、『五節句』の一つです。節句とは、年間の節目となる行事で、季節の変わり目ともいわれます。五節句は、7月7日の七夕の他に、1月7日の人日の節句、3月3日の上巳の節句、5月5日の端午の節句、9月9日の重陽の節句があります。

七夕には、「そうめん」を食べる習慣があります。七夕にそうめんを食べて、「1年間を健康にすごせますように」と願います。七夕にそうめんを食べると「悪いことを追いはらう」とも言われています。

給食では、七夕にちなんだ献立が登場します。「天の川汁」は、夏の夜空をイメージしています。「星の梅おろしハンバーグ」は、星の形をしたハンバーグにさっぱりとした梅おろしだれをかけて食べます。1年間健康に生活できるように願いをこめた献立です。

応募献立

10日(金)の「地元野菜のドライカレーとナン」は、朝日東小学校の児童が考えた献立です。

特徴は、地元の野菜を使うことです。苦手な人が多い「なす」は、細かくすれば食べやすくなると考えて、この料理を応募してくれました。



毎月19日は「食育の日」です。食について家庭でも話し合ってみましょう！



令和2年 7月分 小学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇小学校

| 日 曜 | 献立名 | 赤 | 緑 | 黄 | アレルギー義務表示 卵 小麦 えび かに そば 落花生 |
|----------|-------------------------|---------------------|---|---------------------------|--------------------------------|
| | | からだのち・にく・ほねになるしょくひん | からだのちょうしをととのえるしょくひん | からだのねつやちからのもとになるしょくひん | |
| 13 月 | ごはん | | | こめ | |
| | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | 乳 |
| | さわにわん | ふたにく | こんにゃく・にんじん・だいこん・ごぼう・たけのこ ほししいたけ・ねぎ | | |
| | コロッケ | ふたにく・ぎゅうにく | たまねぎ・にんじん・パセリ | じゃがいも・パンこ・こむぎこ あぶら・さとう | 小麦 |
| | ヨーグルト | ヨーグルト | | | 乳 |
| 14 火 | むぎごはん | | | こめ・おおむぎ | |
| | ルーローハンのぐ | ふたにく | しょうが・にんにく・たまねぎ・きパプリカ あかパプリカ・にんじん・たかなづけ | さとう・あぶら・でんぷん | |
| | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | 乳 |
| | ちゅうかふうコーンスープ | ベーコン | とうもろこし・えのきたけ・はくさい・チンゲンサイ | でんぷん | |
| 15 水 | ごはん | | | こめ | |
| | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | 乳 |
| | にくじゃが | ふたにく | たまねぎ・にんじん・こんにゃく・さやいんげん | さとう・あぶら・じゃがいも | |
| | とびうおのたつたあげ | とびうお | しょうが | でんぷん・さとう・あぶら | |
| 16 木 | ごはん | | | こめ | |
| | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | 乳 |
| | マーボードウフ | ふたにく・とうふ・みそ | にんじん・たけのこ・にら・たまねぎ・にんにく | さとう・でんぷん | |
| | ハンサンスー | ハム | きゅうり・とうもろこし | はるさめ・さとう・ごまあぶら | |
| 17 金 | ひやしうどん | | | ひやしうどん | 小麦 |
| | ひやしとりてんうどんのぐ (とりてん) | とりにく | | こめこ・あぶら | |
| | (やさい) | | もやし・きゅうり・にんじん | | |
| | ※ひやしうどんスープ (いっしょくよう) | | | | |
| | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | 乳 |
| トマトゼリーあえ | | パイン・もも・ナタデココ | トマトゼリー・さとう | | |
| 20 月 | ごはん | | | こめ | |
| | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | 乳 |
| | かきたまじる | とうふ・かまぼこ・たまご | にんじん・えのきたけ・ねぎ | でんぷん | 卵 |
| | つくね・2こ | とりにく・とりレバー | たまねぎ | こめこパンこ・あぶら・さとう でんぷん | |
| | ほねぶとあえ | ちりめんじゃこ | ほうれんそう・キャベツ | さとう | |
| 21 火 | ごはん | | | こめ | |
| | さけそぼろごはんのぐ | さけ | たまねぎ・しょうが・パセリ | さとう・あぶら | |
| | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | 乳 |
| | ふたじる | ふたにく・みそ・わかめ | だいこん・にんじん・ごぼう・こんにゃく・ねぎ | さといも | |
| | はなやさいサラダ | | ブロッコリー・カリフラワー | ドレッシング | |
| 22 水 | ごはん | | | こめ | |
| | ビーフカレー | ぎゅうにく | にんじん・たまねぎ・にんにく・しょうが | じゃがいも・カレールウ・あぶら | 小麦 |
| | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | | | 乳 |
| | ごぼうサラダ | ハム | ごぼう・きゅうり・みずな | ノンエッグマヨネーズ | |

◆お知らせ◆

- ① 一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用されていません。
 - ② 2日、7日、9日、14日、15日、16日、21日のおかずの原材料には「乳・卵 小麦・えび・かに」を含んでいません。ただし、調味料に含まれる場合があります。詳しくは、栄養教諭・学校栄養職員にお問い合わせください。
 - ③ アレルギー表示について・・・しょうゆ等の調味料に、微量に含まれるアレルゲンについては明記していません。
- ※ 17日(金)の冷やしうどんスープ(1食用)は、赤・緑・黄に分類していません。
 ※ 都合により、献立が変更になる場合があります。
 ※ 国の指導により、配膳過程での感染防止のため、品数の少ない献立としています。

★給食レシピ紹介★

一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっています。



QRコードを読み取り

