

7月 予定献立表

鷹巣南部学校給食センター

～スプーンについて～	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)
<p>給食では献立によりスプーンがつかます。</p> <p>スプーンがつく日は献立にこのマークがあります</p> <p>カレーやシチューの他、スプーンで食べる食文化のピビンパなどです。</p>	<p>【半夏生】</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん かみかみたこメンチ ツナときゅうりのサラダ 中華スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ハヤシライス 根と葉と美のバリバリサラダ <p>野菜の上に割ったポテチをON。バリバリの食感が楽しいサラダです</p>	<ul style="list-style-type: none"> ごはん さばのスタミナ漬け 和風ポテト しめじのみそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> 黒糖パン チキンピーンズ ほうれん草のクリームスープ メロン <p>アンデスメロンの予定!</p>
	小 619 23.3 中 740 27.9	小 694 20.1 中 817 23.1	小 639 24.6 中 776 29.4	小 649 26.4 中 773 32.8
7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)
<p>【七夕献立】</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん 星のハンバーグ ピーファンチャンブルー 七夕すまし汁 七夕デザート 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん いわしのおろし煮 担々もやし スナップエンドウとじゃがいものみそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ナン ダルキーマカレー ごまブロッコリー ピーチゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ヤンニョムチキン(2) 麻婆なす わかめスープ 	<ul style="list-style-type: none"> 冷やし中華 パックつゆ ワンタンスープ フローズンヨーグルト
小 682 30.3 中 774 32.8	小 601 24.7 中 745 30.3	小 600 25.6 中 742 32.7	小 642 26.4 中 761 28.2	小 632 22.8 中 756 28.2
14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)
<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏のオニオンソース焼き じゃがいもとズッキーニのソテー チンゲンサイスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん アジフライ ささみときゅうりのサラダ ほうれん草のみそ汁 	<p>【食育の日】</p> <ul style="list-style-type: none"> キムタク丼 (北秋田市産ジャンボいんげん入り) わかめと豆腐のみそ汁 スイカ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ホキのみそマヨ焼き 豚肉と野菜のピリ辛炒め じゃがいもとジャンボいんげんのみそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> 背割りコッペパン のびチーメンチカツ キャベツのガーリックソテー ABCミネストローネ
小 600 26.4 中 746 31.4	小 646 27.7 中 741 30.9	小 613 23.8 中 776 29.6	小 639 26.7 中 745 30.5	小 682 24.4 中 787 28.0
21日(月)	22日(火)	今月の北秋田市産食材		ホームページで給食を紹介
<p>海の日</p>	<p>セレクトドリンク</p> <ul style="list-style-type: none"> 北秋田の夏野菜カレー チーズおかかサラダ <p>●ジョアを選んだ場合</p>	<p>学期末のお楽しみ♪味や栄養などを考えて、好きな方を選びます。締切はT/4です。</p> <p>●野菜生活100を選んだ場合</p>		<p>北秋田市のおいしさ"発掘"!(伊勢堂店道勲)"太鼓判"を押したくなるような給食を(太太鼓)"頂き"ます!(森吉山)</p> <p>にんにく、大豆、スナップエンドウ、キャベツ、トマト、ジャンボいんげん、きゅうり</p>
小 611 20.3 中 762 24.7	小 575 17.6 中 726 22.0			

お弁当作りの食中毒防止対策

<p>調理のポイント</p> <p>手をきれいに洗う</p> <p>肉以外の食材はよく洗う</p> <p>おかずは中心部までしっかり加熱する</p> <p>作り置きのおかずも再加熱する</p>	<p>結めるときのポイント</p> <p>汁気や水分をよく切る</p> <p>仕切りやカップを利用する</p> <p>ごはん、おかずは冷ましてから結める</p> <p>なるべくすき間なく結める</p>	<p>保存のポイント</p> <p>冷蔵庫や涼しいところに保管して、早めに食べる</p> <p>持ち歩くときは、保冷剤、保冷バッグを利用する</p>
---	---	---

*材料等の都合により献立が変更になる場合があります

7月7日(月)七夕献立

英語でThe star festivalという七夕。この日の給食は、星形の食べ物やたくさん使います。何個見つけられるでしょうか？昔は、七夕は女性が織った着物を神様にお供えする日で、着物を織る機械が「棚機(たなばた)」と呼ばれていたことも関係あると言われます。