



令和元年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	
1月	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】・【とうふ】 あぶらあげ・あかみそ	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	さといも	あぶら	豚肉 大豆
	ひじきのいために	マグロフレーク	ひじき	にんじん	とうもろこし	さとう	あぶら	大豆 小麦
	*れいとうパイ				れいとうパイ			
2火	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
	とんこつラーメン	【ぶたにく】・なると 【やしぶた】		にんじん	キャベツ・もやし・ねぎ		あぶら	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ごま ゼラチン
	☆あげギョーザ・3こ	ぶたにく		にら	キャベツ・たまねぎ にんにく	パンこ・でんぷん さとう・こむぎこ	あぶら	豚肉 小麦 大豆
	◎きゅうりのナムル				きゅうり		ナムルのもと	ごま 大豆 鶏肉 豚肉 小麦
3水	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	なつやすいかレー	【ぶたにく】		かぼちゃ・にんじん	【なす】・たまねぎ	じゃがいも	カレーウ あぶら	豚肉 小麦 大豆 りんご パナナ
	ミックスジュレ				もも・パイナップル・ナタデココ	シークワサージュレ ライチジュレ		もも
4木	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	おやこに	とりにく・【たまご】 かまぼこ		にんじん	たまねぎ・グリーンピース ほししいたけ	さとう	あぶら	鶏肉 卵 大豆 小麦
	☆まぐろナゲット・3こ	まぐろ・ぎょにくすりみ				でんぷん・さとう こむぎこ	あぶら	大豆 小麦
	◎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
5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・うおめん かまぼこ		にんじん	はくさい・えのきたけ・ねぎ		あぶら	鶏肉 小麦 大豆
	ハンバーグのいろいろソース	とりにく・ぶたにく		あかバブリカ きバブリカ	たまねぎ・レモン	こめこ・さとう	あぶら	鶏肉 豚肉 大豆 小麦
	*たなばたデザート					たなばたデザート		
8月	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ちゃんこじる	【ぶたにく】 たこだんご		にんじん	はくさい・だいこん・ねぎ えのきたけ・ほししいたけ		あぶら	豚肉 大豆 小麦
	てりどり	とりにく			しょうが	さとう	あぶら	鶏肉 大豆 小麦

・* _____ するしのれいとうパイのからぶくろ、たなばたデザート、とうにゅうパバロア、はくとうフレッシュ（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。

・◎するしはセンターでドレッシングなどであえてあります。

・☆するしはセンターであげてちょうりしてあります。

・1日、8日、16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が、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。



7月に参議院議員通常選挙が実施される予定です。

必ず投票に出掛けましょう！

*国会の会期によっては、8月に実施される場合があります。



一宮市明るい選挙推進協議会

★夏休み親子料理教室開催のお知らせ★

日 時 会 場 定 員

- 7月31日(水) 尾西生涯学習センター 12組 24名
午前10時～午後1時 (先着順)
- 7月31日(水) 千秋公民館 12組 24名
午前10時～午後1時 (千秋町出張所) (先着順)
- 7月31日(水) 開明公民館 12組 24名
午前10時～午後1時 (尾西運動場) (先着順)

<対 象> 市内在住の親子 (小学校3年生～小学校6年生)

<内 容> 親子で楽しもう！夏のカルシウム和食

<献 立> カル骨ちらしすし 天の川すまし汁

ふわふわサババーグ マジックゼリー

<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

<参加費> 一人400円(会場にて徴収)

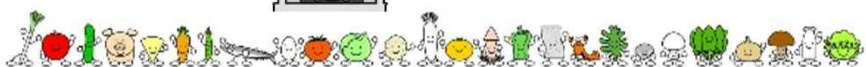
<申込み> 7月3日(水)午前9時より電話受付開始

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。

<申込先> 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。





令和元年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	
9	りんごパン	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 こさかな・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	ゆし しゅじつ	小麦 乳 大豆 豚肉 りんご
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	チリコンカン	あいびきにく (ぎゅうにくとく・ふたにく) 【だいず】		にんじん	たまねぎ・グリーンピース		あぶら	牛肉 豚肉 大豆 りんご
	☆あじのカレーふうみフライ	あじ				パンこ・こむぎこ でんふん	あぶら	小麦
	◎コールスロー				キャベツ・とうもろこし		ドレッシング	大豆 卵
10	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	はっぼうたん	とりにく・えび・いか 【うずらたまご】		にんじん	はくさい・ねぎ ほししいたけ	でんふん	あぶら	鶏肉 えび いか 卵 豚肉 ごま 大豆 小麦
	☆はるまき	ふたにく		にんじん・にら	キャベツ・もやし・エリンギ	でんふん・さとう こむぎこ	こまあぶら あぶら	豚肉 大豆 小麦 ごま
11	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	やさいスープ	【ふたにく】		にんじん・パセリ	たまねぎ・とうもろこし マッシュルーム	じゃがいも	あぶら	豚肉 大豆 小麦
	ポロニアステーキ	とりにく・ふたにく				でんふん・さとう	あぶら	鶏肉 豚肉
	かつおぶりかけ	かつおぶし	のり			さとう・でんふん		
12	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	とうがんじる	とりにく・かまぼこ		にんじん	【とうがん】・はくさい ねぎ・ほししいたけ		あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	◆じゅうろくささげのもの	ぎゅうにくとく・ちくわ		【じゅうろくささげ】 にんじん	ほししいたけ	こんにやく・さとう	あぶら	牛肉 大豆 小麦
あじつけのり		【あじつけのり】					大豆 小麦	
16	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	スタミナじる	【ふたにく】・あぶらあげ 【とうふ】・ミックスみそ		にんじん	たまねぎ・だいこん・ねぎ にんにく		こま・あぶら	豚肉 大豆 ごま
	さわらのうめソースがけ	さわら			うめ	さとう	あぶら	りんご 大豆 小麦
	たくあん				たくあん			小麦 大豆
17	むぎごはん					【こめ】・おおむぎ		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ハヤシライス	【ふたにく】	なまクリーム	にんじん	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも	ハヤシワ あぶら	豚肉 小麦 大豆 りんご 鶏肉 乳
	◆いろいろサラダ (ごまドレッシング)		ひじき	【じゅうろくささげ】 にんじん	れんこん・とうもろこし	さとう	ドレッシング	大豆 小麦 りんご ごま 卵
18	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	かきたまじる	【たまご】・とりにく かまぼこ		にんじん・【みつば】	えのきたけ・ほししいたけ	でんふん	あぶら	卵 鶏肉 小麦 大豆
	☆キャベツいりミンチカツ	ぎゅうにくとく・ふたにく			【キャベツ】・たまねぎ	でんふん・パンこ さとう・こむぎこ	あぶら	牛肉 豚肉 大豆 小麦
	*とうにゅうパバロア *はくとうフレッシュ(ゼリー)					とうにゅうパバロア はくとうフレッシュ(ゼリー)		大豆 もち

・* _____ するしのれいとうパインのからぶくろ、たなばたデザート、とうにゅうパバロア、はくとうフレッシュ(ゼリー)のからようき・スプーンはぎょうしゃがいしゅうします。

・◆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。

◎するしはセンターでドレッシングなどであててあります。

☆するしはセンターであげてちょうりしてあります。

・1日、8日、16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。



好評献立のレシピを公開しています。

夏バテを防ぐ食事のポイント

<p>夏 野菜を食べよう!</p>	<p>バ ランスよく食べよう!</p> <p>りょう しょう たいせつ 量より質が大切です</p>	<p>テ つぶん(鉄分) 不足に注意!</p> <p>こまつな かいそう 小松菜 海藻</p>
<p>し ょくよく(食欲)を 増す工夫を!</p> <p>こうみ やさい さんみ しょうく 香味野菜や酸味で食欲アップ</p>	<p>な っとう(納豆)、うなぎ、 豚肉で疲労回復!</p> <p>ふたにく ひょうかいふく 豚肉</p> <p>びたみん じふぐんを多く含みます</p>	<p>い ちょう(胃腸)に 優しい食事のとり方を!</p> <p>ジュース アイス とり過ぎ</p>



12日(金)の「じゅうろくささげのもの」は赤見小学校のじどうがながえたこんだてです。



17日(水)の「いろいろサラダ」は瀬部小学校のじどうがながえたこんだてです。

