



7月献立



月	火	水	木	金
3 野菜の日献立 ミックスフルーツ 牛乳 チーズオムレツ 夏野菜カレーライス(麦ご飯) ご飯にかけます	4 冷凍みかん 牛乳 ミルククリーム 野菜のアーモンド炒め 小さいパン(県産小麦粉) なすのミートソーススパゲッティ	5 沖縄県の郷土料理 ゴーヤチャンプルー 牛乳 1尾ずつ わかめふりかけ ご飯 ししゃもの天ぷら もずくスープ	6 ヨーグルト 牛乳 りんごジャム 胚芽パン ジャーマンサラダ ミネストローネ	7 セタの行事食 牛乳 ご飯に混ぜます 七タゼリー ちらしずし 厚焼卵 すまし汁
10 カミカミ献立 青のりいりこ 牛乳 厚揚げのからめ煮 ご飯 八宝菜	11 アーモンドいりこ 牛乳 レバーのチリソース ご飯 レンズ豆と野菜のスープ	12 中学生レシピコンクール献立 牛乳 ご飯に混ぜます 2尾ずつ 鉄分もりもり 深川めし風混ぜご飯 ししゃもフライ 藍島産わかめのみそ汁	13 牛乳 ムース ツナのカレーポテト 黒砂糖パン ベーコン入り豆乳スープ	14 牛乳 キャベツのじゃこ炒め 納豆 ご飯 豚肉とじゃがいもの含め煮
17 海の日	18 お楽しみ献立 キャベツソテー 牛乳 さけふりかけ チキンの照り煮 ご飯 パンプキンスープ	19 食育の日 和食献立 牛乳 キャベツのごま酢炒め さばのさっぱり煮 ご飯 かきたま汁	20 終業式	

- * 季節の食材
にら、トマト、かぼちゃ、なす、ピーマン、にがうり、もずく
- * 地場産の食材
トマト、かぼちゃ、小松菜、なす、じゃがいも、たまねぎ、みずな、たけのこ、わかめ

7月7日(金)は、セタ(たなばた)です。

セタは、古くから行われている日本の年中行事です。
 給食では、セタの行事食として、魚(うお)そうめんを使ったすまし汁とセタゼリーを取り入れています。
 そうめんは、織姫の機(はた)織りの糸にちなんで、セタの日に食べられるようになったと言われています。また、天の川に見立てたという説もあります。

