

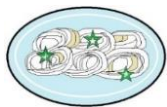
7月献立



毎月 19日は
食育の日

月	火	水	木	金
<p>*季節の食材 かぼちゃ、トマト、 にがうり、なす、冬瓜、 えだ豆、ピーマン、 とうもろこし、きゅうり</p>	<p>*地場産の食材 じゃがいも、小松菜、 トマト、かぼちゃ、なす、 たまねぎ、たけのこ、 わかめ</p>	<p>1</p> <p>牛乳</p> <p>さけふりかけ</p> <p>ムース</p> <p>揚げじゃがと ゴーヤの甘辛和え</p> <p>ご飯</p> <p>肉団子と卵のスープ</p>	<p>2</p> <p>牛乳</p> <p>ホキの カレムニエル</p> <p>ご飯</p> <p>ベーコン入り豆乳スープ</p>	<p>3</p> <p>牛乳</p> <p>ワールドツアー2026 (メキシコ) スライスチーズ</p> <p>キャベツのアーモンドソーテ</p> <p>ミルクパン</p> <p>ひき肉と豆の トマト煮込み</p>
<p>6</p> <p>牛乳</p> <p>のり</p> <p>焼のり</p> <p>ご飯</p> <p>野菜とツナの炒め物</p> <p>カリカリレバービーンズ</p> <p>レンズ豆のスープ</p>	<p>7 行事食 セタ</p> <p>シェフの北キューミツ星献立</p> <p>ご飯に 混ぜます</p> <p>牛乳</p> <p>七タゼリー</p> <p>ご飯</p> <p>五目ずし</p> <p>七タそうめん汁</p> <p>厚焼卵</p>	<p>8</p> <p>牛乳</p> <p>冷凍スライス パン</p> <p>とうもろこしと 豚肉の炒め物</p> <p>チョコアンド ホワイト</p> <p>パン(県産小麦粉)</p> <p>ご飯</p> <p>パンプキンスープ</p>	<p>9</p> <p>牛乳</p> <p>もやしときゅうりの ごま酢炒め</p> <p>納豆(たれ付)</p> <p>ご飯</p> <p>トマト肉じゃが</p>	<p>10</p> <p>牛乳</p> <p>じゃがいもの赤じそ炒め</p> <p>さばのぬか炊き</p> <p>ご飯</p> <p>かきたま汁</p>
<p>13 日本全国味めぐり (岡山県)</p> <p>牛乳</p> <p>えだ豆</p> <p>2尾ずつ</p> <p>いわしカリフライ</p> <p>しそかつお ふりかけ</p> <p>ご飯</p> <p>減量ご飯</p> <p>ひるぜん焼そば</p>	<p>14 カミカミ献立</p> <p>いりごとアーモンドの からめ和え</p> <p>牛乳</p> <p>にらまんじゅう</p> <p>ご飯</p> <p>ジャチャンドウフ風 厚揚げの炒め物</p>	<p>15 野菜の日献立</p> <p>牛乳</p> <p>乳酸菌飲料</p> <p>野菜の彩り炒め</p> <p>小さいキャロットパン</p> <p>ご飯</p> <p>ミートソースペンネ</p>	<p>16 お楽しみ献立</p> <p>牛乳</p> <p>キラキラ ミックスフルーツ</p> <p>ツナオムレツ</p> <p>夏野菜ポーク カレーライス(麦ご飯)</p> <p>ご飯</p> <p>ご飯にかけます</p>	<p>17 食育の日 和食献立</p> <p>牛乳</p> <p>あさりとひじきの 炒め煮(ごま入り)</p> <p>鶏肉とじゃがいもの 梅照り焼き</p> <p>ご飯</p> <p>冬瓜のみそ汁</p>

7月7日(火)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。



3日 ひき肉と豆のトマト煮込み
(ピカディージョ)

中学校(若松、八幡東、八幡西、戸畑区)