

2021年

# 7月献立表

< 播磨中学校 >

播磨町学校給食会

## < 7月の兵庫県産学校給食提供事業実施日 >

新型コロナウイルス感染症により、需要が大きく落ち込んだ県産水産物を、学校給食で提供することにより消費を拡大させ、水産物のおいしさや魅力を県内の児童生徒に伝えるとともに、生産者の経営安定を図ることを目的とした無償提供事業です。

- ・7月 5日(月) 「焼きのり」
- ・7月 9日(金) 「のりの佃煮」  
～生のりゆえの「のりの風味」が味わえます
- ・7月20日(火) 「赤えいの唐揚げ」  
～鮮度管理された赤えいのヒレ部位を使用



<p><b>7/1(木)</b></p> <p><b>期末考査</b></p> <p>給食の実施は ありません</p>		<p><b>7/2(金)</b></p> <p><b>期末考査</b></p> <p>給食の実施は ありません</p>															
<p><b>7/5(月)</b></p> <p>ご飯・<u>焼きのり</u>(兵庫県産) 牛乳 カレー肉じゃが キャベツのおかか和え</p>	<p><b>7/6(火)</b></p> <p>パン・りんごジャム 牛乳 コーンスープ コロッケ</p>	<p><b>7/7(水)</b></p> <p>麦ご飯・牛丼 牛乳 そうめん汁 七夕ゼリー</p>	<p><b>7/8(木)</b></p> <p>ご飯 牛乳 スープ餃子入り中華スープ キムチ炒め</p>														
<p>今日は、カレー風味の味付けをした、肉じゃがです。じゃが芋は、初夏から秋が旬です。</p>		<p>コーンスープは、北海道産の粒そのままのとうもろこしと、クリーム状のとうもろこしを使っています。</p>															
<p>今日は七夕です。七夕の行事食として、そうめんを食べる風習があります。無病息災などの願いを込めます。</p>		<p>スープはミニ餃子が入っています。餃子と具が偏らないように、底から混ぜながら配食しましょう。</p>															
<p><b>7/12(月)</b></p> <p>カレーピラフ 牛乳 マカロニのコンソメスープ 冷凍みかん</p>	<p><b>7/13(火)</b></p> <p>パン・いちごジャム 牛乳 ミネストローネ 鶏肉の唐揚げ～レモンソースかけ</p>	<p><b>7/14(水)～7/19(月)</b></p> <p><b>教育相談</b></p> <p>給食の実施は ありません</p>															
<p>冷凍みかんは、甘味の強いみかんを急冷と水付けを繰り返して作られています。低温保存でおいしくなります。</p>		<p>鶏肉の唐揚げは、一人2個ずつです。レモンソースを絡めることで、爽やかな味になります。</p>															
<p><b>7/19(月)</b></p> <p><b>教育相談</b></p> <p>給食の実施は ありません</p>		<p><b>7/20(火)</b></p> <p>ご飯・牛乳 <b>&lt;食育の日&gt;</b> 野菜のすまし汁 <u>えい</u>(兵庫県産)の唐揚げ 冷凍ヨーグルト</p>	<p><b>7/21(水)</b></p> <p><b>終業式</b></p>														
<p>兵庫県産の「あかえい」の唐揚げです。あかえいは、昔から食用として食べられ、6～8月が旬です。</p>		<p>7月の平均栄養価</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>751 kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>29.8 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>23.2 g</td></tr> <tr><td>カルシウム</td><td>320 mg</td></tr> <tr><td>鉄</td><td>2.4mg</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>2.6 g</td></tr> <tr><td>食物繊維</td><td>5.9 g</td></tr> </table>		エネルギー	751 kcal	たんぱく質	29.8 g	脂質	23.2 g	カルシウム	320 mg	鉄	2.4mg	食塩相当量	2.6 g	食物繊維	5.9 g
エネルギー	751 kcal																
たんぱく質	29.8 g																
脂質	23.2 g																
カルシウム	320 mg																
鉄	2.4mg																
食塩相当量	2.6 g																
食物繊維	5.9 g																
		<p>◆材料の都合により献立を変更することがあります</p> <p>◆「お箸・スプーンセット」を毎日洗って持ってきてましょう</p> <p>◆デザートにはスプーンがつきません</p>															

# 7月 給食予定献立表

2021年（播磨中学校）

播磨町学校給食会

日	曜	主食	飲み物	おかず	おもに 体の組織をつくる (赤の食品)	おもに エネルギーの もととなる (黄の食品)	おもに 体の調子を整える (緑の食品)	エネルギー (Kcal)
								たんぱく質 (g)
5	月	ご飯	牛乳	カレー肉じゃが キャベツの おかか和え 焼きのり	牛乳/豚肉/糸かつお /焼きのり	こめ/じゃが芋、オ リーブ油、三温糖	たまねぎ、にんじん/ こんにやく、むき枝豆 /キャベツ	708 25.7
6	火	パン	牛乳	コーンスープ コロッケ りんごジャム	牛乳/ベーコン、牛乳 /ビーフコロッケ	パン/オリーブ油、バ ター/なたね油/りん ごジャム	たまねぎ、にんじん、 とうもろこし、とうも ろこし(クリーム 状)、パセリ	863 26.0
7	水	麦ご飯	牛乳	牛丼 そうめん汁 七夕ゼリー	牛乳/牛肉/油揚げ	こめ、麦/麩、オリ ーブ油、三温糖/そうめ ん/ゼリー	たまねぎ、にんじん、 青ねぎ、こんにやく/ たまねぎ、にんじん、 干しいたけ、青ねぎ	715 28.7
8	木	ご飯	牛乳	スープ餃子入り 中華スープ キムチ炒め	牛乳/豚肉、スープ餃 子/豚肉	こめ/ごま油/オリ ーブ油、かたくり粉	えのきたけ、たまね ぎ、にんじん、にら、 しょうが/はくさいキ ムチ、しめじ、にら	737 30.7
9	金	ご飯	牛乳	けんちん汁 かつおの ごま風味漬け のりの佃煮	牛乳/鶏ももむね肉、 豆腐、油揚げ/かつお /のりの佃煮	こめ/なたね油、ごま 油、三温糖、かたく り粉、いりごま	大根、にんじん、ささ がきごぼう、干しい たけ、青ねぎ/白ね ぎ、しょうが	713 38.1
12	月	カレー ピラフ	牛乳	マカロニの コンソメスープ 冷凍みかん	牛乳/ベーコン	こめ、オリーブ油、 バター/じゃが芋、マ カロニ	マッシュルーム(水 煮)、たまねぎ、にん じん、パセリ/たまね ぎ、にんじん、セロ リー、パセリ/冷凍み かん	708 19.8
13	火	パン	牛乳	ミネストローネ 鶏肉の唐揚げ レモンソースかけ いちごジャム	牛乳/ベーコン、粉 チーズ/鶏もも肉	パン/マカロニ、オ リーブ油/米粉、なた ね油、三温糖/いちご ジャム	たまねぎ、にんじん、 キャベツ、むき枝豆、 パセリ、トマト(水 煮)/レモン果汁	828 31.9
20	火	ご飯	牛乳	野菜のすまし汁 えいの唐揚げ 冷凍ヨーグルト	牛乳/豚肉、焼きかま ぼこ/えい/冷凍ヨー グルト	こめ/なたね油	小松菜、にんじん	735 37.8