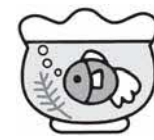


令和3年



# 7月 中学校給食予定献立表



苦小牧市学校給食共同調理場  
第1調理場 TEL 57-5881  
第2調理場 TEL 67-1815

月		火		水		木		金	
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名
<p>○牛乳は毎日つきます。            ○この日に、スプーンがつきます。            ○都合により献立が変わることもあります。            ○学校給食についての情報は苦小牧市ホームページをご覧ください。  <a href="#">トップページ</a> → <a href="#">教育・文化・スポーツ</a> → <a href="#">教育</a> → <a href="#">小中学校の給食献立など</a>            ○お魚には骨が付いている場合もあります。刺さらないよう取り除くなど注意して食べましょう。            食材のコンタミネーションについては各共同調理場へお問い合わせ下さい。</p>									
5	ごはん	6	スライスパン	7	ごはん	8	スパゲティ	9	麦ごはん
エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 780kcal・27.8g・15.3g・2.5g ジャガイモ・人参・長葱・こまつな・味噌(大豆)・合わせだし(さば)・和風だし・減塩味噌(大豆) 豚肉・カット大豆・人参・玉葱・ホールコーン・芽ひじき・おろし生姜・菜種油・枝豆(大豆)・味噌(大豆)・醤油(大豆・小麦)・みりん・砂糖・にんにく・料理酒	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 762kcal・25.9g・25.1g・3.3g ジャガイモ・キャベツ・玉葱・人参・しめじ・乾燥パセリ・にんにく・塩・フィヨングラニュール(牛肉・鶏肉・小麦・大豆)・コンソメ(鶏肉・豚肉)・タリストマト・ホイールマカロニ(小麦)・カットウィンナー(豚肉・砂糖・塩・香辛料)・白ワイン ジャガイモ・野菜パン粉・枝豆・小麦粉・砂糖・でん粉・小麦粉・食塩・香辛料・大豆・コーンスターチ・パーム油・乳・菜種油 いちご・砂糖	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 856kcal・29.4g・22.5g・1.7g 大根・人参・豚肉・長葱・こんにゃく・でん粉・絹厚揚げ(豆乳・でん粉(タピオカ)・菜種油・大豆)・いんげん・おろし生姜・れんこん・そばつゆ(大豆・小麦・さば)・合わせだし(さば)・和風だし・減塩醤油(大豆・小麦)・醤油(大豆・小麦)・みりん・菜種油・砂糖	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 792kcal・34.5g・30.1g・5.2g 豚肉・玉葱・人参・グリーンピース・おろし生姜・にんにく・マッシュルーム・味噌・きざみ椎茸・トマトケチャップ・トマトピューレ・ミートソース(大豆・牛肉・豚肉・小麦)・ミートソース(玉葱・人参・豚肉・トマトケチャップ・植物油・動物油脂・トマトペースト・にんにく・生姜・チキンエキス・香辛料・オニオンパウダー・大豆)・ウスターソース・中濃ソース・粉チーズ(乳)・有塩バター(乳)・赤ワイン 鶏肉・パン粉・でん粉・砂糖・塩・醤油・植物油・香辛料・卵・水あめ・小麦粉・米粉・チーズ・パセリ・パーム油・乳・大豆・豚肉・セラチン クリームチーズ・乳加工品・砂糖・濃縮イチゴ果汁・脱脂粉乳・濃縮レモン果汁・寒天・でん粉	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 857kcal・30.9g・18.2g・2.5g 鶏肉・玉葱・しめじ・人参・ジャガイモ・ソーホーニオン(大豆)・横浜レトコカレー甘口(小麦粉・パーム油・砂糖・カレー粉・トマトペースト・玉ねぎ・生姜・にんにく・食塩・チキンエキス・香辛料・大豆)・横浜レトコカレー中辛(小麦粉・パーム油・砂糖・カレー粉・トマトペースト・塩・玉葱・生姜・にんにく・チキンエキス・香辛料・大豆)・有塩バター(乳)・乾燥パセリ・にんにく・チキンコンソメ(鶏肉・大豆・小麦)・チャップ(パパイア・砂糖・リンゴ・レーズン・香辛料・デンプン) 砂糖・水あめ・レモン果汁・寒天					
12	ごはん	13	バーガーパン	14	ごはん	15	ラーメン	16	ごはん
エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 848kcal・29.7g・21.4g・2.2g 豚肉・ジャガイモ・玉葱・人参・白滝・たけのこ・枝豆(大豆)・そばつゆ(大豆・小麦・さば)・醤油(大豆・小麦)・みりん・砂糖・合わせだし(さば)・和風だし・菜種油	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 885kcal・35.6g・31.8g・4.5g クリームコーン缶・ホールコーン・玉葱・乾燥パセリ・生クリーム(乳)・牛乳・有塩バター(乳)・こしょう・ルウボタージュ(小麦・乳・豚肉・大豆)・コンソメ(鶏肉・豚肉)・ペーコン(豚肉・砂糖・塩・香辛料) 鶏肉・たまねぎ・パン粉・豚脂・マーガリン・しょうゆ・牛肉エキス・食塩・ウスターソース・トマトケチャップ・しょうが・砂糖・香辛料・卵・水あめ・清酒・チキンエキス・でん粉・小麦・大豆・乳・りんご みかん果汁・砂糖・水あめ ナチュラルチーズ・乳	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 795kcal・33.0g・18.5g・2.6g 野菜入り麺ボール(たらすり身・玉葱・人参・パン粉・植物油・醤油・塩・酒・砂糖・乾燥ほうれん草・でんぷん・大豆)・玉葱・人参・長葱・豆腐・ごぼう・大根・きざみ油揚げ(大豆)・味噌(大豆)・減塩味噌(大豆)・液体かつおの素・味パック(いわし)・あじ・かつお・さば・昆布・椎茸 豚肉・人参・玉葱・キャベツ・生しいたけ・菜種油・おろし生姜・生姜焼きのたれ(しょうゆ・砂糖・しょうが・発酵調味料・香辛料・小麦・大豆)	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 780kcal・27.9g・23.3g・4.4g キャベツ・人参・もやし・豚肉・中華味(鶏肉・豚肉・大豆・牛肉・セラチン)・こしょう・清湯スープ(豚肉・鶏肉)・豚骨ラーメンベース(ポークエキス・しょうゆ・食塩・水あめ・砂糖・オニオンエキス・ガーリックエキス・豚脂)・ごま油(ごま)・動物油脂・香辛料・酒精・でん粉・小麦・大豆 鶏肉・小麦粉・でん粉・しょうゆ・砂糖・大豆油・食塩・香辛料・チキンミートパウダー・パーム油・大豆・菜種油 砂糖・水あめ・アセロラ果汁・レモン果汁・寒天	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 822kcal・23.5g・20.2g・2.1g 鶏肉・人参・ごぼう・長葱・きざみ油揚げ(大豆)・冷凍豆腐(豆乳(大豆)・でん粉)・でん粉・醤油(大豆・小麦)・液体かつおの素・だし醤油(小麦・大豆・さば)・味パック(いわし)・あじ・かつお・さば・昆布・椎茸・焼くわ(たらすり身)・じゃがいも・でん粉・砂糖・みりん・塩 じゃがいも・ごぼう・人参・玉葱・砂糖・小麦粉・パン粉・植物油・酒・塩・こしょう・コーンスターチ・でん粉・菜種油 ごま・でん粉・米胚芽・かつお節・醤油・砂糖・塩・あおさ・大豆・のり・麦芽糖・抹茶・小麦・酵母エキス					
19	麦ごはん	20	黒糖パン	21	ごはん	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>夜間窓口を開設しております</p> <p>7月は15(木)・26(月)です</p> <p>支払い・相談に月2回の夜間窓口をご利用ください</p> <p><b>17:00~20:00まで</b></p> <p>第1学校給食共同調理場 苦小牧市柳町1丁目3-5 電話(0144)57-5881</p> <p>納付書で給食費を納めている方は、領収書を5年間保管してください</p> </div>			
エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 855kcal・32.1g・19.7g・2.7g 白玉もち(もち米・うるち米)・人参・大根・干椎茸・白菜・長葱・鶏肉・減塩醤油(大豆・小麦)・液体かつおの素・そばつゆ(大豆・小麦・さば)・味パック(いわし)・あじ・かつお・さば・昆布・椎茸 羊肉・玉葱・もやし・ピーマン・にんにく・おろし生姜・ソーホーニオン(大豆)・アップルソース(リンゴ)・砂糖・ウスターソース・赤ワイン・減塩醤油(大豆・小麦)・醤油(大豆・小麦)	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 837kcal・32.9g・27.3g・3.9g ジャガイモ・人参・大根・キャベツ・玉葱・カットウィンナー(豚肉・砂糖・塩・香辛料)・乾燥パセリ・こしょう・チキンコンソメ(鶏肉・大豆)・フィヨングラニュール(牛肉・鶏肉・小麦・大豆)・白ワイン・塩 鶏肉・トマトケチャップ・玉ねぎ・砂糖・白ワイン・おろしりんご・食塩・おろしにんにく・豆板醤・酵母エキス・オニオンパウダー・ナッツメックパウダー・パン粉・しょうゆ・香辛料・でんぷん・小麦粉・大豆粉・植物油・パーム油・菜種油 脱脂粉乳・クリーム・砂糖・全粉乳・セラチン・寒天	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 884kcal・32.2g・24.3g・2.6g 人参・ジャガイモ・つきこんにゃく・豆腐・ごぼう・大根・玉葱・豚肉・味噌(大豆)・合わせだし(さば)・和風だし・塩こしょう キャベツ・鶏肉・玉ねぎ・豚肉・砂糖・豚脂・塩・小麦不使用醤油・酵母エキス・香辛料・でん粉・大豆・植物油・菜種油							
もちもち団子汁 ジンギスカン	ポトフ トマトソース チキンカツ ヨーグルト	豚汁 キャベツメンチカツ	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>口座振替をしていますか?</p> <p>口座からの引き落としは年度途中からでも可能です。自動的に口座から引き落とされますので便利です。</p> <p>詳しくは第1学校給食共同調理場までご連絡ください。</p> <p><b>TEL (0144) 57-5881</b></p> </div>						

7月7日 七夕

中国から伝わった織姫と彦星の伝説に、日本の「棚機つ女」という伝説が合わさった行事です。各地で七夕祭りが開かれ、願いを書いた短冊や七夕飾りを笹竹につるして星に祈ります。(七夕祭りは、ひと月後の8月7日に行う所もあります)七夕にちなんで今月の給食では、七夕お星さま三色ゼリーが出ます。

東京オリンピック 7/23(金)~8/8(日) 2021

東京パラリンピック 8/24(火)~9/5(日)が開催されます!

※新型コロナウイルス感染症の状況によっては中止または延期の可能性があります。

●2020年東京オリンピック・パラリンピックが、昨年7月~8月に開催される予定でしたが、世界的に新型コロナウイルス感染症が流行したため、1年延期となりました。日本での夏のオリンピックは、1964年に東京で開催されて以来57年ぶりとなります。

●1964年の東京オリンピックの選手村では、「牛肉の煮込み」や「舌びらめのチーズ焼き」などが提供されたそうです。開会から閉会までの間に使われた食材は、牛340頭・豚280頭・羊600頭・鶏6万羽・えび、鮭、ひらめ46トン・野菜356トン・卵72万個・米16トン・食パン8万6千斤・牛乳50万本だったそうです。今大会では、どのようなメニューが出るのでしょうか?

クイズ Quiz

オリンピック五輪のマークには、それぞれの意味があります。

Q1 五つの輪は、世界の五大大陸を表しています。それぞれの大陸の名前は?

Q2 五つの色(赤色・青色・緑色・黒色・黄色)は、自然を表しています。それぞれ何を表しているのでしょうか?

Q3 五つの輪は、ある英単語の頭文字の形になるように配置されています。その英単語は何でしょうか?