

# 7月 給食だより

2024年

日曜	献立名 ★牛乳は毎日つきます		おもにエネルギーの もとなる食品(黄)		おもに体をつくる 食品(赤)		おもに体の調子を 整える食品(緑)	
			穀類・いも類・ 砂糖	油脂	魚・肉・卵・ 豆・豆製品	牛乳・小魚・ 海藻	緑黄色 野菜	その他の 野菜・果物
1月	コッペパン	とりにくのからあげ にんじんサラダ とうがんのスープに はんげのだんご	コッペパン でんぷん じゃがいも しらたまだんご さとう	あぶら オリーブ あぶら	とりにく ぶたにく ツナ あずき	ぎゅうにゅう	にんじん はねぎ パセリ	にんにく とうがん たまねぎ しいたけ
2火	むぎごはん	ぶたにくのしょうがやき たこきゅうりのすのもの やさいのみそしる すいか	こめ おおむぎ でんぷん さとう じゃがいも こんにゃく	ごま	ぶたにく たこ さとう あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん はねぎ	たまねぎ しょうが きゅうり もやし キャベツ だいこん すいか
3水	ぎゅうぎゅう チャーハン	ハモのカレーあげ かんおんじサマーサラダ おいり	こめ おおむぎ さとう じゃがいも おいり	あぶら	オリーブ ぎゅう ハモ ハム	ぎゅうにゅう ちりめん	にんじん こまつな オクラ	たまねぎ にんにく きゅうり とうもろこし
4木	こめこパン	みそポテト ねぎいりサラダ やさいのトマトスープに わがしふうムース	こめこパン じゃがいも さとう ムース	あぶら ごま	みそ ハム とりにく だいず	ぎゅうにゅう	にんじん トマト パセリ	ねぶかねぎ キャベツ きゅうり にんにく たまねぎ
5金	なつやさい カレーライス	しろみざかなと ゴーヤのからあげ あまのがわサラダ たなばたゼリー	こめ おおむぎ はるさめ さとう でんぷん こめこ ゼリー	あぶら ごま あぶら	ぶたにく たら	ぎゅうにゅう	かぼちゃ にんじん トマト	たまねぎ えだまめ にんにく きゅうり コーン キャベツ しょうが ゴーヤ
8月	か スイートロールパン (幼小1・2年なし)	トマトスパゲッティ スパイシーピーンズ ピーマンとじゃこのごまあえ れいとうみかん	スイートロール パン スパゲッティ さとう でんぷん	あぶら ごま	ぶたにく ベーコン だいず	ぎゅうにゅう ちりめん	にんじん はねぎ トマト ピーマン	にんにく もやし キャベツ エリンギ たまねぎ れいとうみかん
9火	か さんしよくごはん	ぐだくさんじる ぜにがたまロン	こめ おおむぎ さとう じゃがいも こんにゃく		ぶたにく こうやどうふ たまご あぶらあげ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん はねぎ	しょうが ごぼう だいこん キャベツ ぜにがたまロン
10水	か むぎごはん	スズキのフライ キャベツのあえもの にくじゃが	こめ おおむぎ じゃがいも こんにゃく さとう	あぶら ごま	スズキ ぶたにく	ぎゅうにゅう ちりめん	にんじん さやいんげん こまつな	たまねぎ キャベツ
11木	か ぜんりゅうふんパン	ささみのレモンソースがけ げんきサラダ ミネストローネ すもも(小・中)	ぜんりゅうふん パン さとう でんぷん じゃがいも	あぶら オリーブ あぶら	とりにく ハム かつおぶし ベーコン	ぎゅうにゅう すきこんぶ	にんじん トマト	レモン キャベツ きゅうり コーン たまねぎ にんにく すもも(小・中)
12金	か むぎごはん	さばのスパイスやき ごしきあえ なつやさいのみそしる	こめ おおむぎ でんぷん さとう じゃがいも	ごま	さば あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう ひじき ちりめん	にんじん かぼちゃ オクラ	しょうが キャベツ きゅうり コーン みとよなす たまねぎ
16火	なめし	いかなごのちぐさあげ たまねぎのおかかあえ そうめんじる れいとうみかん	こめ おおむぎ でんぷん さとう そうめん	ごま あぶら	かつおぶし あぶらあげ	ぎゅうにゅう いかなご わかめ	だいこんば にんじん ピーマン はねぎ	たまねぎ きゅうり えのきたけ れいとうみかん

♥こんだては、材料その他の都合により変更する場合があります。

♥おはしは、毎日きれいに洗って持っていきましょう。

♥👤 のついているものは手袋をして、はいぜんしましょう。

♥8日(月)～12(金)は、「ふるさとの食再発見週間」及び「かがわ印給食ウイーク」です。★観音寺学校給食センター期間中の太文字の料理は郷土料理、下線は香川県産の食材を使っています。

日曜	献立名 ★牛乳は毎日つきます		おもにエネルギーの もとなる食品(黄)		おもに体をつくる 食品(赤)		おもに体の調子を 整える食品(緑)	
			穀類・いも類・ 砂糖	油脂	魚・肉・卵・ 豆・豆製品	牛乳・小魚・ 海藻	緑黄色 野菜	その他の 野菜・果物
17水	わかめごはん	きすのごましそあげ きゅうりもみ ニラいりとうふじる ミニトマト(小・中)	こめ おおむぎ てんぷらこ さとう でんぷん	ごま あぶら	きす あぶらあげ とうふ	ぎゅうにゅう わかめ ちりめん	しそ にら にんじん ミニトマト (小・中)	きゅうり もやし たまねぎ たけのこ
18木	コッペパン	てづくりもちごめむし パンサンスー ちゅうかスープ	コッペパン もちごめ はるさめ さとう じゃがいも	ごま あぶら	ぶたにく ハム とうふ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん はねぎ	ねぶかねぎ しょうが キャベツ きゅうり たまねぎ

🇯🇵 …「全国味めぐり」給食 今月は、埼玉県にちなんだ料理の「みそポテト」「ねぎいりサラダ」「わがし風ムース」が登場します。お楽しみに！

🇯🇵 …「かがわ印給食ウイーク」 香川県産の食材をたくさん使用した日を5日間設けています。香川県でとれたおいしい食材を味わっていただきましょう！



学校給食「かんおんじデー」が始まるよ。

観音寺市では、子どもたちが地域の自然や産業等に理解や関心を深め、ふるさとを愛する心を育むため「観音寺地産地消給食の日(かんおんじデー)」を昨年度から行っています。この日の給食は、地元食材を盛り込んだ給食を提供します(学期に1回、年3回実施予定)。

第一弾は、7月3日(水)に観音寺市特産のオリーブ牛、ハモ、ちりめん、じゃがいも、玉ねぎ、オクラ、きゅうり、とうもろこし、にんじんをはじめ、地元でとれた野菜や市内で製造されたおいりを使用します。

地元の「おいしいもん」を味わってください。今後の「かんおんじデー」もお楽しみに！

「かんおんじデー」に登場する食べ物について、紹介します。



## オリーブ牛

オリーブ牛は、香川県で育った黒毛和牛にオリーブで作ったエサを与えて、誕生した牛肉です。オリーブ牛は、小豆島が発祥の地ですが、現在、観音寺市は県内有数のオリーブ牛指定生産者数を誇っています。



## ハモ

うなぎやあなごと同じ仲間、細長い形をしている魚です。大きいものは2mほどに成長します。最近では、瀬戸内海でも獲ることができるようになりました。給食には観音寺市で獲れた物を使用します。



## とうもろこし

観音寺サマーサラダは観音寺市産のじゃがいも・オクラ・きゅうり・とうもろこし・にんじんを使って作ります。観音寺市では、たくさんの種類の野菜が作られています。その中でもとうもろこしは、甘みがあり人気の野菜となっています。



## おいり

おいりは、1587年丸亀城主に姫君がお輿入れされる際に領民が5色のあられを献上したのが始まりとされています。それ以来、西讃地域のお祝い事には欠かせないおかしとなっています。給食では、観音寺市で製造されたおいりを使用します。

