

# 令和5年度 7月分献立表 (中学校)

筑紫野市学校給食共同調理場

月 3	火 4	水 5	木 6	金 7
麦ご飯 肉団子のスープ 大豆とレバーの揚げ煮 切干大根のゆかり和え	チキンピラフ カレーコロッケ 野菜ソテー ヨーグルト (代)ももゼリー	ワンローフパン パンプキンスープ ハンバーグ バーベキューソース ブロッコリーと カリフラワーのサラダ 【世界の料理:オーストラリア】	麦ご飯 厚揚げとじゃが芋の旨煮 玉子焼き 五目きんぴら	麦ご飯 天の川汁 いわしの生姜煮 野菜のアーモンド炒め 七夕ゼリー 【行事食:七夕】
10	11	12	13	14
麦ご飯 みそ汁 さばのごまソースかけ 枝豆 【鉄人献立】	麦ご飯 麻婆豆腐 焼きぎょうざ チンゲン菜のオイスターソース炒め	米粉パン スパゲッティシシリアン ほうれん草オムレツ オレンジ	麦ご飯 肉じゃが きびなごカリカリフライ きゅうりとわかめの酢の物	夏野菜カレー (麦ご飯) 福神漬 フルーツミックス
17	18	19	夏休みも 忘れずに	
海の日	麦ご飯 みそ汁 豚肉のマリネ ピーマンのじゃこ和え 【和食の日】	胚芽食パン とうもろこしのスープ 白身魚のチリソース アスパラガスと赤玉ねぎのサラダ 冷凍黄桃 【ファイバー献立】 【地場産献立:アスパラガス】		

世界の料理……オーストラリアの料理です。牛肉の生産が盛んなオーストラリアではバーベキューをすることが多く、簡単な味付けで休日に楽しむ姿がよくみられます。また広大な国土と多様な気候に恵まれているため、多品目の作物が栽培されています。ブロッコリーやぶどうなど日本へも輸出されています。

行事食(七夕)……7月7日の七夕にちなんで、「天の川汁」と「七夕ゼリー」をとりいれています。

鉄人献立……枝豆にはたくさんの鉄が含まれています。

和食の日……日本には四季があるため、季節によってさまざまな食材があります。その旬の食材を料理に使うことは和食の特徴の一つです。この日は、ピーマンを使った料理をとりいれています。

ファイバー献立……胚芽食パンには食物繊維がたくさん含まれています。

地場産献立……「アスパラガスと赤玉ねぎのサラダ」に使うアスパラガスは、筑紫野市でとれたものを使う予定です。



☆材料入荷の都合などにより、献立を変更することがあります。

☆牛乳は毎日あります。

☆献立表裏面の★印については、各学校に配布した資料「令和5年度学校給食で使用する物資一覧(★印表)」に詳しく記載しています。資料につきましては、各学校にお問い合わせください。

☆アレルギー代替食については、(代)で記載しています。

☆裏面のアレルギー表示の※印の表示は、その加工品に※印の食品は含まれていませんが、同じ製造工場で※印の食品を含む加工品が製造されていることを表しています。

☆学年により、主食や副食の量が違うことがあります。

☆食物アレルギーや献立内容などお尋ねになりたいことがありましたら、共同調理場へご連絡ください。TEL923-6466