

7月5日(月)

えいよう
★栄養たっぷり献立★
こんだて

こんだて
＜献立＞
ぎゅうにゅう おやこに
ご飯・牛乳・親子煮・キャベツのじゃこ炒め
いた
あさりの佃煮
つくだに

わかまつく
若松区のキャベツは、
うみかぜ
海風にあたるため、
とく
特にミネラルが豊富です★
ほうふ



おやこに
親子煮には、
ほうふ
カルシウム豊富な
あつあ
厚揚げがたっぷり入っています！
はい



7月6日(火)

こんだて
＜献立＞ オリ・パラ献立(イギリス)

ぎゅうにゅう
パン・牛乳・フィッシュアンドチップス

スコッチブロス

きゅうしょく
★給食にイギリス料理登場★
りょうりとうじょう



きょう みやざきけんさん
今日は、宮崎県産の
かんぱち(無償提供物資)
つか
を使っています★

だいはう りょうり ひと
フィッシュアンドチップスは、イギリスを代表する料理の一つです！
ふる した
イギリスではファストフードとして、古くから親しまれています★

スコッチブロスは、イギリスの
でんとうてき
スコットランドの伝統的な
りょうり にく やさい おおむぎ
料理で、肉や野菜、大麦、
まめ こくもつるい い
豆などの穀物類を入れて、コトコト
に
煮たスープです♪



きゅうしょく おぎい
給食はもち麦入り！



7月7日(水)

ねん ど たなばたぎょうじしよく
★年に1度の七夕行事食★

こんだて <献立> ぎょうじしよく たなばた
行事食 七夕

ぎゅうにゅう じる
あなごずし・牛乳・そうめん汁

たなばた
七夕ゼリー



きょう ふくおかけんさん
今日は、福岡県産のあなご
むしょうていきょうぶっし つか
(無償提供物資)を使ったあなごずしです！

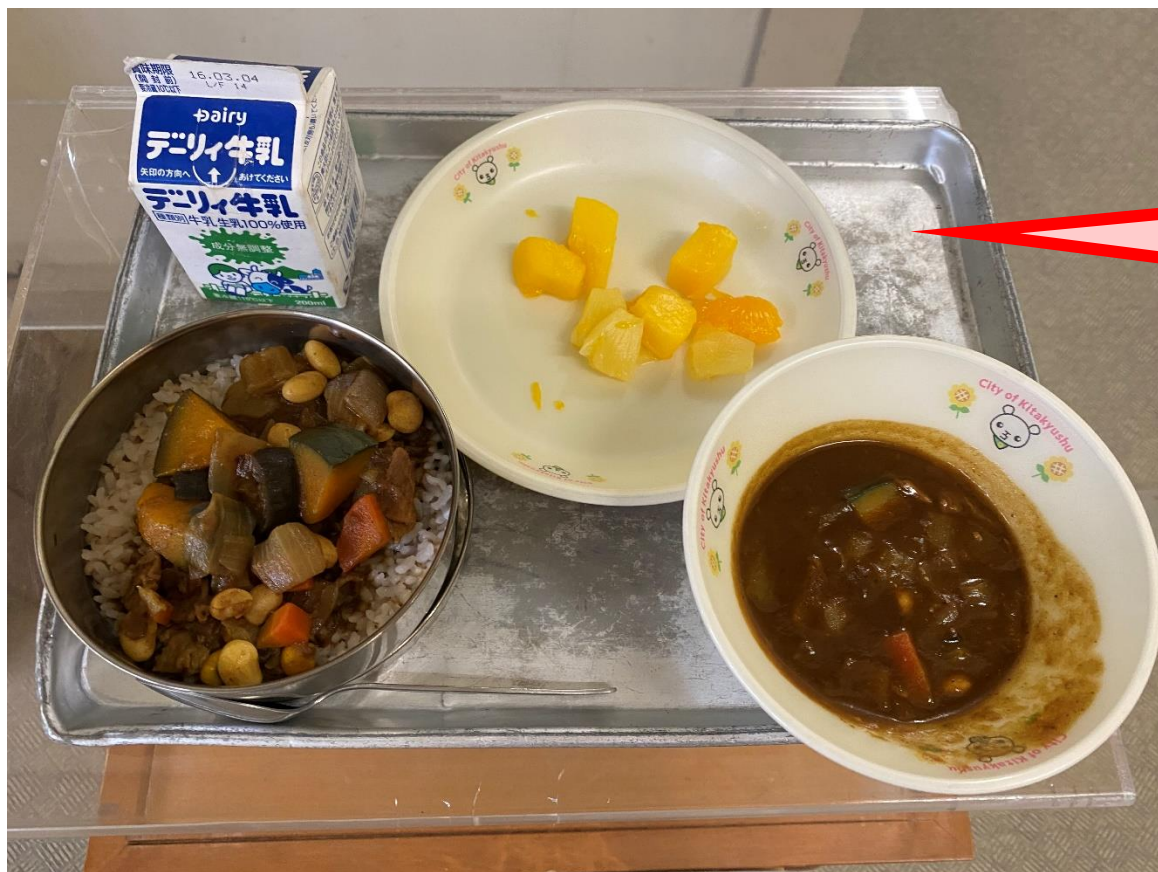


がつ か たなばた ひ
7月7日は、七夕の日です★
たなばた お さいほう とくい
七夕には、はた織りや裁縫が得意だった
おりひめ さいほう じょうず
織姫にあやかって「裁縫が上手になりま
すように…」と、江戸時代から糸のよう
え とじだい いと
に細いそうめんを食べる風習があり
ます！



7月8日(木)

なつ やさい
★夏野菜たっぷりカレー★



こんだて
＜献立＞

やさい はん ぎゅうにゅう
野菜カレーライス(麦ご飯)・牛乳

ミックスフルーツ



なつ やさい あつ からだ うちがわ ひ
夏野菜には、暑くなった体を内側から冷やしてくれる
はたら
働きがあります！

きょう つか
今日のカレーに使ったトマト、なす、
かぼちゃは、北九州市内で収穫され
たものです★
やさい
野菜たっぷりのカレーライスでした♪



7月9日(金)

こんだて <献立> たの お楽しみ献立 こんだて

ちい ぎゅうにゅう
小さいねじりパン・牛乳・シーフードトマトソーススパゲッティ

おうとう
アーモンドサラダ・フローズン黄桃

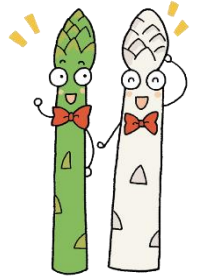
★トマトソーススパゲッティ★



しゅっちょう ちょうりしゃしん
出張だったため、調理写真がありません・・・



「アスパラガス」の豆知識



シーフードトマトソーススパゲッティに

「グリーンアスパラガス」が使われていました。

アスパラガスには、緑色のグリーンアスパラガスと白色のアスパラガスがあることを知っていましたか？この2つは、栽培方法が違っただけです。ホ

ワイトアスパラガスは日光が当たらないように栽培するため、白のまま成長します。グリーンアスパラガスは、日光をたくさん浴びて光合成すること

よってきれいな緑色になります！