

日	献立メモ	献立	牛乳	赤の仲間・ 血や肉になる	黄の仲間・ 熱や力の元になる	緑の仲間・ 体の調子を整える
3 火	給食始め	おそは屋さんのカレー 野菜サラダ ナタデココポンチ	○	牛乳,豚肉,油揚げ,けずり,だし昆布	米,油,砂糖,てんぷん,油	にんにく,生姜,玉葱,人参,ぶなしめじ, ねぎ,キャベツ,もやし,みかん缶, パイン缶,ナタデココ,レモン
4 水		ごはん 信田巻き 小松菜の和え物 大根としめじのみそ汁	○	牛乳,油揚げ,たらすり身,いか,鶏挽肉, 赤味噌,白味噌,けずり	米,てんぷん,砂糖	ねぎ,小松菜,人参,もやし,大根, ぶなしめじ
5 木	世界の料理 「メキシコ」	手作りトルティーヤ タコスミート 野菜とサルサソース ABCマカロニスープ キムチチャーハン	○	牛乳,豚挽肉,牛挽肉,刻み大豆,鶏肉	小麦粉,強力粉,オリーブ油, ABCマカロニ	にんにく,キャベツ,小松菜,ハブリカ (赤),玉葱,セロリ,カットトマト, ピーマン,レモン,人参,えのきたけ, ぶなしめじ
6 金		棒餃子 野菜たっぷりポキサラダ	○	牛乳,豚肉,豚挽肉	米,春雨,山芋,ごま油,てんぷん, 餃子の皮,油,砂糖	人参,ピーマン,キムチ,にんにく,生姜, ニラ,白菜,きゅうり,大根,玉葱,水菜, 万能ねぎ
9 月	9/9 重陽の節句	栗ごはん 鮭の塩焼き 野菜のみそ和え 菊の花のすまし汁	○	牛乳,油揚げ,鮭,わかめ,白味噌,鶏肉	米,もち米,むき栗,砂糖,油	干し椎茸,キャベツ,もやし,人参, えのきたけ,小松菜,菊の花
10 火		回鍋肉丼(ホイコーローどん) もやしときくらげのピリ辛和え チンゲン菜のスープ 巨峰	○	牛乳,豚ばら肉,生揚げ,赤味噌,鶏モモ 肉,絹ごし豆腐,けずり	米,油,てんぷん,砂糖,ごま油	にんにく,生姜,キャベツ,ピーマン, 干し椎茸,ねぎ,もやし,きゅうり, きくらげ,チンゲン菜,巨峰
11 水		ごはん 冬瓜(とうがん)と鶏肉の煮物 いかのみそ焼き 小松菜のお浸し	○	牛乳,鶏モモ肉,厚削り,いか,赤味噌	米,油,こんにゃく,砂糖	生姜,とうがん,人参,いんげん,ねぎ, 小松菜,もやし
12 木	世界の料理 「サイパン」	ミルクパン マヒマヒ(しいら)のフィナネソース カラフルソテー ポテトとベーコンのスープ	○	牛乳,しいら,ウィンナーソーセージ, ベーコン	ミルクパン,てんぷん,油,三温糖, じゃがいも	玉葱,レモン,とうがらし(粉),ピーマン, 赤ピーマン,ホールコーン,にんにく, キャベツ,人参
13 金	9/15 ひじきの日	ひじきご飯 枝豆と大豆のつくね 野菜の生姜和え 大根となめこのみそ汁	○	牛乳,鶏モモ肉,干ひじき,刻み大豆, 豚挽肉,鶏挽肉,赤味噌,白味噌,けずり	米,油,砂糖	人参,冷凍枝豆,キャベツ,もやし, ほうれんそう,生姜,大根,ねぎ,小松菜, なめこ
17 火	世界の料理 「中国」	にんにくチャーハン オクラ入り揚げぎょうざ ニラともやしのナムル 玉ねぎとコーンの中華スープ	○	牛乳,豚肉,豚挽肉,刻み大豆,生わかめ, けずり	米,バター,油,ごま油,てんぷん, 餃子の皮,油,砂糖	にんにく,葉ねぎ,生姜,キャベツ,ニラ, オクラ,もやし,人参,玉葱,ねぎ, ホールコーン
18 水		和風スパゲティ フレンチサラダ 小松菜のしっとりスコーン	○	牛乳,ベーコン,豚肉,刻みのみり, 調製豆腐,豆乳クリーム	スパゲッティ,油,砂糖,小麦粉	にんにく,玉葱,人参,エリンギ, ぶなしめじ,干し椎茸,葉ねぎ, キャベツ,小松菜
19 木	郷土料理 「兵庫県」	たごめし じゃがいものごま和え 豆腐とわかめのみそ汁 梨	○	牛乳,だし昆布,たご,絹ごし豆腐, わかめ,赤味噌,白味噌,けずり	米,糸こんにゃく,じゃがいも,白ごま, 白ずりごま,砂糖	人参,葉ねぎ,さやえんどう,ねぎ, えのきたけ,梨
20 金		きな粉豆乳トースト ポークンチュウ うま塩だれサラダ	○	牛乳,調製豆腐,きな粉,豚肉, 生クリーム	食パン,グラニュー糖,じゃがいも, 小麦粉,油,バター,ごま油	にんにく,玉葱,人参,セロリ, グリーンピース,キャベツ,もやし
24 火	世界の料理 「トルコ」	ソフトフランスパン グリルサバ たまねぎのマリネ トマトスープ	○	牛乳,鯖,ベーコン	ソフトフランスパン,オリーブ油, 砂糖,じゃがいも,マカロニ	玉葱,人参,レモン,クラッシュトマト
25 水		豚キムチ丼 切り干し大根の中華サラダ あんこ春巻き	○	牛乳,豚肩ロース,あずき	米,砂糖,ごま油,油,春巻きの皮,小麦粉	玉葱,人参,もやし,キムチ,ニラ, キャベツ,切干し大根
26 木		カレーピラフ じゃがいものタルト キャベツのスープ	○	牛乳,豚挽肉,ベーコン,生クリーム, ダイスチーズ	米,オリーブ油,油,じゃがいも,バター	玉葱,人参,マッシュルーム,キャベツ, グリーンピース
27 金	中秋の名月	ごはん 鶏肉と大根の煮物 お月見団子	○	牛乳,鶏モモ肉	米,油,こんにゃく,砂糖,白玉団子, てんぷん	生姜,ねぎ,人参,大根,小松菜
30 月	世界の料理 「韓国」	ジャージャー麺 揚げいもち 中華サラダ	○	牛乳,豚挽肉,刻み大豆,赤味噌	蒸し中華めん,ごま油,油,砂糖, てんぷん,じゃがいも	生姜,にんにく,玉葱,人参,たけのこ, 干し椎茸,キャベツ,もやし

※行事や仕入れの都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。※学校給食で使用する食材の安全確保に努めております。

# 世界の料理を食べよう！

## ～パリオリンピックを終えて～



2024年7月26日～8月11日にパリオリンピックが開催されました。オリンピックは4年に一度開催される世界的なスポーツの祭典です。スポーツを通じた人間育成と世界平和を目的とし、夏と冬に行われます。みなさんは夏休み中にオリンピックを観ましたか？さまざまな国の選手がスポーツで競い、目をうばわれたのではないのでしょうか。そこで、給食では9月に6か国の世界の料理を出します。ぜひ、いろいろな国の料理を味わってみてくださいね。

- 9/5(木)「メキシコ」 給食室で生地をねって、めん棒でのばして焼いた手作りのトルティーヤを出します。お肉や野菜、サルサソースを巻いて食べましょう。
- 9/12(木)「サイパン」 マヒマヒとはしいらという魚のことを言います。油で揚げて、しょうゆにレモン汁や玉ねぎ、さっぱりした味付けのソースをかけました。
- 9/17(火)「中国」 中華料理といえばチャーハンとぎょうざ！！まだまだ暑いので、にんにくと夏野菜のオクラを使いました。
- 9/19(木)「日本(兵庫県)」 夏に旬のたこを使い、たごめしにしました。そして旬を迎えた梨も一緒にどうぞ。
- 9/24(火)「トルコ」 トルコの首都イスタンブールでは、船の上の屋台でそばを鉄板で焼いて、野菜と一緒にパンにはさんで食べる人気のメニューです。
- 9/30(月)「韓国」 韓国のドラマでもよく見られる、ジャージャー麺。食べているところを見ると食べたくなりますね。

