



7月 学校給食予定献立表

2024年6月28日
横手清陵学院中学校

7月目標「夏の食事について考えよう」

月	火	水	木	金
★物資の都合及び感染症などの流行により献立を変更することがあります。		~今月の地場産食材~ 精白米、豚肉、卵、大豆、枝豆、めかぶ、しいたけ、しめじ、りんご、すいか		
1	2	3 沖縄県	4	5
ごはん 牛乳 鶏肉のごまみそかけ 干草和え 秋田のめかぶスープ	ごはん 牛乳 さばのスタミナ漬け こんにゃくきんぴら もやしのみそ汁	わかめごはん 牛乳 のり塩ポテトコロケ ゴーヤチャンプルー もずくのスープ	ごはん たまごふりかけ しゅうまい 野菜とピーマンの炒め物 オクラのスープ	なすのミート スパゲティ 牛乳 フレンチサラダ 大根のスープ ヨーグルト
8七夕献立	9	10	11	12フランス
ごはん 牛乳 メンチカツ キャベツのごま和え 七夕そうめん汁 七夕ゼリー	麦ごはん 夏野菜カレー 牛乳 フルーツポンチ	ごはん 牛乳 チーズつくね ハンバーグ チップスサラダ しいたけのみそ汁	ごはん 牛乳 アジフライ 鶏肉と大根の照り煮 キャベツのみそ汁	米粉パン 牛乳 チキンと夏野菜のラタトゥイユ マセドアンサラダ コーンポタージュ
15	16	17	18	19
海の日	麻婆丼 ジョア(マスカット) 大根サラダ わかめスープ	ごはん 牛乳 鶏の塩唐揚げ 磯香和え 根菜汁	ごはん 牛乳 ほっけの塩焼き ひじきの煮物 豆腐のみそ汁	★よこてだいすき給食★ 冷やし中華 (麺、冷やし中華の具、パックスープ) 牛乳 ハムのチーズ焼き 小玉すいか



昔、七夕の行事では索餅(さくべい)という、小麦粉と米粉を混ぜてこね、油で揚げたおかしをお供えし、無病息災を願って食べられていました。それが後に「そうめん」へと変化し、七夕の日にそうめんを食べる風習につながったそうです。7月の給食でも、七夕にちなんで「そうめん汁」が登場しています。お楽しみに！

よこてだいすき給食

7月19日(金)に提供します!

横手市産の旬の食材がたっぷり
つまった給食です!夏の「横手のうまい!」を味わいましょう!

今月の給食 Pick UP!

~今月の給食について紹介します~

7月3日(水)「沖縄県の郷土料理」

〇ゴーヤチャンプルー
『チャンプルー』は沖縄の方言で「ごちゃまぜ」という意味があるそうです。沖縄県は、ゴーヤの生産量が全国トップクラスです。苦味が特徴のゴーヤですが、ビタミンCを豊富に含み、夏バテ予防にはぴったりの食材です。

7月12日(金)「フランスの料理」

〇マセドアンサラダ
『マセドアン』はフランス語で「さいの目切り」の意味があります。

〇チキンと夏野菜のラタトゥイユ
野菜を煮込んだフランスの家庭料理のひとつです。