



2024年

7月のこんだて

給食費口座振替日 **7月25日(木)**

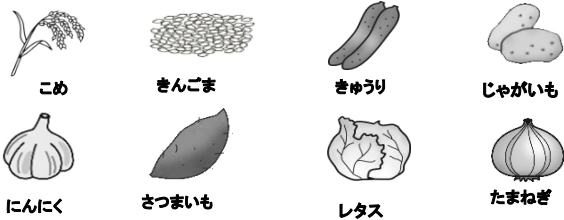
通帳残高を確認のうえ前日までに
入金してください

西脇市立学校給食センター

※西脇市は卵アレルギーのみポトル対応しています(献立表では対応食のあるメニューを塗りつぶし【ボ有】と表示しています)。

日	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	8日(月)	9日(火)	10日(水)								
こんだて	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう にこみハンバーグ オクラのスープ さつまいもサラダ <input type="checkbox"/> ミルメークコーヒー	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう ゴーヤのあまからあげ こめこのひやしちゅうか <input type="checkbox"/> あじつけのり	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ジョア(ブルーベリー) カラフルそぼろどん だいこんのみそしる チンゲンサイのじゃこあえ	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう チリコンカン レタススープ ゆでとうもろこし	<input type="checkbox"/> なめし <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう ほしがたコロッケ たなぼたじる ぶたしゃぶサラダ <input type="checkbox"/> マスカットゼリー	<input type="checkbox"/> パインパン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう フライドチキン エリンギスープ ゆでえだまめ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ジョア(プレーン) なつやさいカレー うみとはたけのサラダ ふくじんづけ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう さけのしおやき たまねぎのすましじる ほうれんそうのおひたし								
おかずのないよう	<input type="checkbox"/> ハンバーグ <input type="checkbox"/> さとう ケチャップ とんかつソース ワイン <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> オクラ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> カリフラワー <input type="checkbox"/> にんじん コンソメスープ しお こしょう <input type="checkbox"/> さつまいも <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> レモンかじゅう <input type="checkbox"/> ノンエッグマヨネーズ こしょう しょうゆ	<input type="checkbox"/> ゴーヤ <input type="checkbox"/> かたくりに <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> さとう しょうゆ みりん <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> こめこめん <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ほししいたけ <input type="checkbox"/> きんごま <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> しょうゆ す ようからしこ	<input type="checkbox"/> とりにくミンチ <input type="checkbox"/> ごぼう にんじん <input type="checkbox"/> エリンギ コーン <input type="checkbox"/> えだまめむきみ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> さとう あぶら <input type="checkbox"/> かたくりに <input type="checkbox"/> しょうゆ みりん <input type="checkbox"/> どうふ <input type="checkbox"/> あぶらあげ <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> たまねぎ ねぎ <input type="checkbox"/> みそ にぼし <input type="checkbox"/> ちりめんじゃこ <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> もやし にんじん <input type="checkbox"/> ごまあぶら さとう しょうゆ	<input type="checkbox"/> ぎゅうにくミンチ <input type="checkbox"/> ぶたにくミンチ <input type="checkbox"/> だいず <input type="checkbox"/> だいずフレーク <input type="checkbox"/> たまねぎ にんにく <input type="checkbox"/> ダイストマト <input type="checkbox"/> パジルペースト <input type="checkbox"/> さとう あぶら <input type="checkbox"/> ケチャップ こしょう <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> チリパウダー <input type="checkbox"/> ウインナー <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> レタス カリフラワー <input type="checkbox"/> たまねぎ にんじん <input type="checkbox"/> コンソメスープ しお こしょう <input type="checkbox"/> コーン しお	<input type="checkbox"/> なめしのもと <input type="checkbox"/> ほしがたコロッケ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> うおそうめん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> えのきたけ <input type="checkbox"/> オクラ <input type="checkbox"/> しお だしこんぶ <input type="checkbox"/> しょうゆ けずりぶし <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> レタス もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> ゆずしょうゆドレッシング しょうゆ 七夕メニュー	<input type="checkbox"/> ドライパン <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> かたくりに <input type="checkbox"/> こめこ <input type="checkbox"/> あぶら ワイン <input type="checkbox"/> ガーリックパウダー <input type="checkbox"/> パブリカ <input type="checkbox"/> しお こしょう <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> エリンギ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> カリフラワー <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> パセリ コンソメスープ しお <input type="checkbox"/> えだまめ	<input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> かぼちゃ にんじん <input type="checkbox"/> カリフラワー なす <input type="checkbox"/> ピーマン なら <input type="checkbox"/> えだまめむきみ <input type="checkbox"/> しょうが にんにく <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> カレールウ カレーこ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> コンソメスープ こしょう <input type="checkbox"/> ツナ <input type="checkbox"/> だいず ひじき <input type="checkbox"/> きゅうり にんじん <input type="checkbox"/> コーン ノンエッグごまドレッシング しょうゆ <input type="checkbox"/> ふくじんづけ									
こんだて	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう ポテトグラタン コロコロやさいのスープ カリフラワーサラダ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう ぶたにくのおこじゅうやき キャベツのみそしる たくあんあえ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう とりにくのねぎおいため こんさいのキムチじる こまつなのマヨネーズあえ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう ぎゅうすじコロッケ こめこのカレーヌードル ほうれんそうのごまあえ <input type="checkbox"/> かつおふりかけ	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう ★ とりにくの外ウイユソース パンキンポターージュ ★ ニースふうサラダ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう ★ いわしのしょうがにかきたまじる <input type="checkbox"/> のりふりかけ <input type="checkbox"/> いわしのしょうがにたまご <input type="checkbox"/> どうふ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> えのきたけ <input type="checkbox"/> ねぎ <input type="checkbox"/> かたくりに <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> だしこんぶ <input type="checkbox"/> けずりぶし <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> しそひじき しょうゆ	※都合により食材が変更となる場合があります。 <input type="checkbox"/> 印...おもにからだをつくる もとになるしよくひん <input type="checkbox"/> 印...おもにエネルギーの もとになるしよくひん <input type="checkbox"/> 印...おもにからだのちようしをととのえる もとになるしよくひん ★印...あたらしいメニュー <input type="checkbox"/> 印...かみかみメニュー									
おかずのないよう	<input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ コーン <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう <input type="checkbox"/> チーズ <input type="checkbox"/> パター こむぎこ <input type="checkbox"/> しお こしょう <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> たまねぎ だいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> えだまめむきみ <input type="checkbox"/> あぶら コンソメスープ しお <input type="checkbox"/> こしょう しょうゆ <input type="checkbox"/> ツナ <input type="checkbox"/> カリフラワー <input type="checkbox"/> きゅうり にんじん <input type="checkbox"/> イタリアンドレッシング <input type="checkbox"/> さとう	<input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> しおこうじ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> さけ <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> ねぎ <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> にぼし <input type="checkbox"/> たくあん <input type="checkbox"/> こまつな <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> さとう しょうゆ	<input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> ねぶかねぎ <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> レモンかじゅう <input type="checkbox"/> ごまあぶら かたくりに <input type="checkbox"/> さけ しょうゆ <input type="checkbox"/> しお こしょう <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> さつまいも <input type="checkbox"/> だいこん キムチ <input type="checkbox"/> こんやく なら <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> みそ みりん にぼし <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> こまつな キャベツ <input type="checkbox"/> カリフラワー <input type="checkbox"/> ノンエッグマヨネーズ しょうゆ	<input type="checkbox"/> ぎゅうすじコロッケ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> こめこめん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> なら <input type="checkbox"/> あぶら カレールウ(アレルギーフリー) <input type="checkbox"/> カレーこ <input type="checkbox"/> しょうゆ みりん <input type="checkbox"/> コンソメスープ にぼし <input type="checkbox"/> ほうれんそう <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> さとう しょうゆ	<input type="checkbox"/> べーこん <input type="checkbox"/> かぼちゃ にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ パセリ <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう <input type="checkbox"/> こむぎこ パター <input type="checkbox"/> しお こしょう コンソメスープ <input type="checkbox"/> ツナ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> レタス トマト きやんげん <input type="checkbox"/> オリブオニオンドレッシング さとう <input type="checkbox"/> しお くるこしょう	7月の平均栄養供給量 ()は文部科学省基準										
				<input type="checkbox"/> フランスメニュー	<input type="checkbox"/> 中学校のみ	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>小学校</th> <th>中学校</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>エネルギー</td> <td>588kcal (650)</td> <td>745kcal (830)</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>23.7g (26.8)</td> <td>29.1g (34.3)</td> </tr> </tbody> </table>			小学校	中学校	エネルギー	588kcal (650)	745kcal (830)	たんぱく質	23.7g (26.8)	29.1g (34.3)
	小学校	中学校														
エネルギー	588kcal (650)	745kcal (830)														
たんぱく質	23.7g (26.8)	29.1g (34.3)														

～ 今月使用する西脇市産の食材 ～



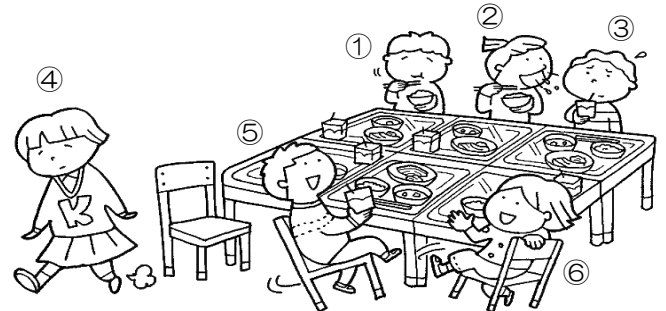
給食では、西脇ファーマーズブランド*の農産物も積極的に使用しています。
※西脇市の環境に配慮した栽培方法で生産した農産物

7月の給食目標

マナーを守って楽しく食べよう

マナー違反は だーれだ

マナーは自分も周りの人も気持ちよく過ごすためのものです。
絵の中にマナー違反をしている人がいます。
だれがどんなマナー違反をしているでしょう？



7月7日は七夕の日

七夕は、1年に1度だけ会うことが許された牛飼(彦星)と織女(織姫)の中国の伝説から生まれた行事です。

七夕には、古くから、織姫の機織りの糸に見立てた、そうめんを食べる風習があります。

7月5日の「七夕メニュー」では、魚のすり身で作った「魚そうめん」が入った七夕汁が登場します。



七夕は、1年に1度だけ会うことが許された牛飼(彦星)と織女(織姫)の中国の伝説から生まれた行事です。
七夕には、古くから、織姫の機織りの糸に見立てた、そうめんを食べる風習があります。
7月5日の「七夕メニュー」では、魚のすり身で作った「魚そうめん」が入った七夕汁が登場します。