令和６年７月　こんだてひょう

犬山市立今井小学校

日	曜	献立名	主な材料とその働き					
			赤　体を作る		緑　体の調子を整える		黄　体を動かすエネルギーになる	
			１群	２群	３群	４群	５群	６群
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実
1	月	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		さばのしおやき	さば					
		わかめときゅうりのすのもの		わかめ		きゅうり　きりぼしだいこん	さとう	
		スタミナじる	ぶたにく　とうふ　あぶらあげ　あかみそ		にんじん　にら	たまねぎ　ごぼう　にんにく	じゃがいも	
2	火	むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　むぎ	
		げんきどん	ぶたにく　かまぼこ　こうやどうふ		にんじん　にら	たまねぎ　こんにゃく	さとう	あぶら
		かきたまじる	たまご	とうふ	にんじん　こまつな	ほししいたけ	でんぷん	
		れいとうみかん				みかん		
3	水	クロワッサン　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			クロワッサン	
		しろみざかなのこうそうやき	メバル					
		なつやさいのラタテュイユ			トマト　あかピーマン　きピーマン	なす　ズッキーニ　たまねぎ		あぶら
		コンソメジュリエンヌスープ	ベーコン		にんじん　パセリ	たまねぎ　コーン　キャベツ		
		プラマンジェ	プラマンジェ					
4	木	むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　むぎ	
		なすいりマーボーどうふ	ぶたひきにく　とうふ　あかみそ		ねぎ　にんじん	なす　たまねぎ　ほししいたけ　しょうが　にんにく	さとう　でんぷん	あぶら　ごまあぶら
		あいちのしそいりはるまき	とりにく			たまねぎ　キャベツ		あぶら
		きりぼしだいこんのちゅうかあえ				キャベツ　きゅうり　きりぼしだいこん	さとう　でんぷん	ごまあぶら
5	金	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		えだまめコロッケ				えだまめ	じゃがいも	あぶら
		やさいのしおこんぶあえ		こんぶ	にんじん	キャベツ　きゅうり		
		あまのがわじる	かまぼこ　うずらたまご		にんじん　オクラ	ほししいたけ	そうめん	
		たなばたゼリー					ゼリー	
8	月	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		いかフライのレモンに	いか			レモン	さとう	あぶら
		とうがんじる	とりにく		にんじん　ねぎ	とうがん　ほししいたけ　しょうが	でんぷん	
		ツナとキャベツのごますあえ	オイルツナ	わかめ		キャベツ　コーン　きりぼしだいこん	さとう	ごま　ごまあぶら
9	火	むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　むぎ	
		ゴーヤチャンプルー	オイルツナ　あつあげ		あかピーマン	にがうり　もやし　きりぼしだいこん		あぶら　ごまあぶら
		おきなわもずくのスープ	とりにく	もずく	にんじん　ねぎ	たまねぎ　えのきたけ		
		のりのつくだに		のり				
#	水	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		レバーいりつくね	とりにく				さとう	
		キャベツのうめおかかあえ		かつおぶし		キャベツ　きゅうり　うめ		ごま
		やさいたっぷりみそちゃんこ	たこボール　とうふ　あぶらあげ　ﾐｯｸｽみそ		こまつな　にんじん　にら	たまねぎ　えのきたけ　しょうが		
#	木	むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　むぎ	
		なつやさいのカレー	ぶたにく		かぼちゃ　にんじん　ピーマン　トマト	たまねぎ　なす		あぶら
		ひじきのマリネ	オイルツナ	ひじき		きゅうり　キャベツ	さとう	あぶら
		シャーベット（セレクト）					シャーベット	
#	金	ひやしちゅうか(ちゅうかめん)	たまご　ハム		にんじん	キャベツ　きゅうり　しょうが	ちゅうかめん　さとう	ごまあぶら
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				
		とりにくとだいずのごまがらめ	とりにく　だいず				でんぷん　こむぎこ　さとう	あぶら　ごま
		ファイバーヨーグルト		ヨーグルト				

・食材は、体の中の働きによって３つの仲間に分けられています。
・汁物のだしには、煮干しやむろあじ、昆布などを使用しています。
・材料等の都合により献立の変更がある場合があります。ご了承ください。

毎月19日は、「食育の日」として、教科と関連した献立を紹介します。
今月は11日に、2年生　生活科「ぐんぐんそだて わたしの野さい」より、夏野菜を使った献立を紹介します。

給食回数　10回

【給食の欠食について】
○　病気やけが等による長期（連続４日以上）の欠席または出席停止が見込まれる場合、保護者からの欠食の申し出をもって欠食を行うことができます。希望される場合は、申し出をお願いします。
○　欠食は、申し出日から６日目（土・日・祝日を含む）より対応可能です。

２０２４パリオリンピックが開催されます！それに関連して、
3日はフランス料理を取り入れました。
ジュリエンヌはフランス語で細い千切りのこと。ラタテュイユは、
フランス南部プロヴァンス地方の郷土料理で、野菜の煮込み料理です。