

# 平成30年 7月 直方市中学校給食 献立表



7月旬の野菜には、オクラ、胡瓜、ピーマン、茄子、トマト、にがうり(ゴーヤ)、南瓜、冬瓜(とうがん)、スイカがあります。

10日(火) 茄子とピーマンのソテー、冬瓜スープ

11日(水) スイカ

13日(金) 夏野菜カレー(南瓜、ピーマン、茄子)

17日(火) ゴーヤの炒め物

旬の野菜を使用した献立になっています。また、夏野菜には、水分がたっぷり含まれていて、体を冷やしてくれる働きがあります。暑くなる季節です。しっかり食べて、夏バテを予防しましょう。



7月19日(木)

## 冷やしぶっかけうどん

汁容器にうどんのつゆが入っています。主食容器に入っているうどんにつゆをかけて食べてください。



7月7日(土) は七夕です

写真にはありませんが、6日(金)に七夕ゼリー(巨峰ゼリー)の提供を行いません。

2 月	3 火	4 水	5 木	6 金
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ポークジンジャーサラダ風</li> <li>・カレーポテトコロッケ</li> <li>・昆布佃煮(写真と違います)</li> <li>・<b>一食ヨーグルト</b></li> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鰯フライ</li> <li>・一食ソース</li> <li>・コーンシウマイ</li> <li>・切干大根煮</li> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛丼の具</li> <li>・きびなごの唐揚げ</li> <li>・カットゼリー</li> <li>・枝豆</li> <li>・ツナサラダ</li> <li>・麦ご飯</li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏の唐揚げ</li> <li>・マカロニサラダ</li> <li>・卵焼き</li> <li>・すまし汁</li> <li>・のりかつおふりかけ</li> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鯖ホイル焼き</li> <li>・南瓜挽肉フライ</li> <li>・春雨サラダ</li> <li>・<b>七夕ゼリー</b></li> <li>・(写真にはありません)</li> <li>・麦ご飯</li> <li>・牛乳</li> </ul>
9 月	10 火	11 水	12 木	13 金
<ul style="list-style-type: none"> <li>・甘辛肉団子</li> <li>・竹輪の磯辺揚げ</li> <li>・ジャーマンポテト</li> <li>・ひじきの煮付け</li> <li>・<b>青梅ゼリー</b></li> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・豚の竜田揚げ</li> <li>・茄子とピーマンのソテー</li> <li>・プチチーズ</li> <li>・冬瓜スープ</li> <li>・雑穀ご飯</li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ミートスパゲティ</li> <li>・中華胡瓜</li> <li>・ハムカツ</li> <li>・スイカ</li> <li>・<b>食パン</b></li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ホキのピザソース焼き</li> <li>・キャベツのペペロンチーノ</li> <li>・海藻サラダ</li> <li>・みかん缶</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・夏野菜カレー</li> <li>・春巻き</li> <li>・シウマイ</li> <li>・(写真にはありません)</li> <li>・ビーンズサラダ</li> <li>・りんご</li> <li>・<b>一食ミニフィッシュ</b></li> <li>・麦ご飯</li> <li>・牛乳</li> </ul>
16 月	17 火	18 水	19 木	20 金
<p>海の日</p> <p>給食はありません</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏肉の照り焼き</li> <li>・スパゲティ</li> <li>・ゴーヤの炒め物</li> <li>・パン缶</li> <li>・卵スープ</li> <li>・<b>ピタパン</b></li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・すき焼き風煮</li> <li>・オレンジ</li> <li>・胡瓜とわかめの酢物</li> <li>・田舎汁</li> <li>・ふりかけ</li> <li>・麦ご飯</li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・冷やしぶっかけうどん</li> <li>・うどんつゆ</li> <li>・かきあげ</li> <li>・エビ天</li> <li>・焼きちくわ</li> <li>・カットゼリー</li> <li>・<b>いなり寿司</b></li> <li>・牛乳</li> </ul>	<p>終業式</p> <p>給食はありません</p>

※行事・振替休日・定期考査等の関係で給食がない学校があります。

※アレルギーについては配布した献立表をご確認ください。

詳しく知りたい場合は、直方市HP又は教育総務課 学校給食係(25-2321)までご連絡下さい。

※7月給食分の予約開始は6月1日(金)からです。

※7月給食分のマークシート予約締切りは6月15日(金)、インターネット予約締切りは6月20日(水)です。

※食材の仕入れにより、献立内容が一部変更になる場合があります。アレルギー物質が関係する場合は別途連絡を致します。