

きゅうしよくカレンダー

7月

亀岡市立学校給食センター 令和8年度【B 献立】

日・曜	こんだて		こんだて・ざいりょうについて
1 ・ 水	ごはん ぎゅうにゅう 鶏肉の三色煮 じゃがいものみそ汁	めしわん 小皿 しるわん	※今月使用する玉ねぎとキャベツと万願寺とうがらしは 亀岡産のものです。 ジメジメと蒸し暑い日が続いていますね。梅雨入りから夏の暑い時期は、細菌などによる食中毒が発生しやすくなるため、給食センターにとって1年の中で最も緊張する時期です。ふだん以上に衛生管理を徹底し、細心の注意を払いながら調理をしています。みなさんも、食事の手洗いをしっかりと行いましょう。
2 ・ 木	こがたコッパパン ぎゅうにゅう ◎パンネのポロネーズソース さっぱりソテー	おおざら 大皿 小皿 しるわん	パンネのポロネーズソースの「パンネ」はパスタの名前です。パンの先のようにとがった形をしているので、パンネと呼ばれています。パスタは形や作り方によって名前が異なります。現在では、500種類以上のパスタがあるとされています。今日は、ひき肉を使ったトマト味のポロネーズソースで仕上げています。今日のパンネのポロネーズソースには、農芸高校の玉ねぎを使っています。
3 ・ 金	ごはん(減量) ぎゅうにゅう あじの南蛮漬 ひじきまめ ふのすまし汁	めしわん おおざら 大皿 小皿 しるわん	あじは1切れずつです。骨に気をつけて、よくかんで食べましょう。あじの魚体は、中型・小型さまざまで、塩焼きやフライ、干物にして食べることが多い魚です。背の青い魚の中では脂肪分が少なく、たんぱく質が多く含まれています。

◎のメニューには、京都府立農芸高等学校で作られたたまねぎやじゃがいもを使っています。

□ …はし □ …スプーン □ …はしとスプーン

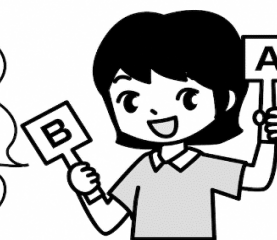
※(減量) …いつもより少なめのごはんです。



夏野菜クイズ

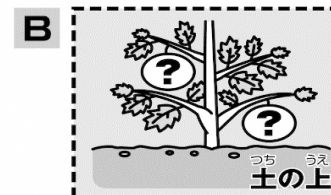
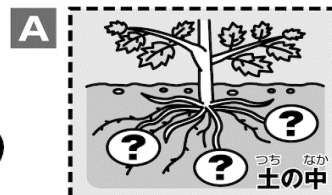
正しいのはどっち?

夏に多くとれる野菜についてのクイズです。AとB、どちらが正しいか考えて、正しい方を○で囲みましょう。



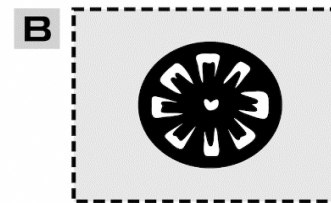
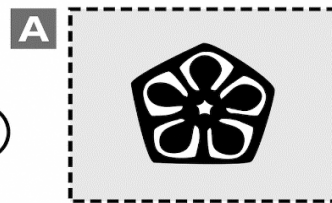
Q1

トマトやきゅうり、なすなどの夏野菜が育つのはどこ?



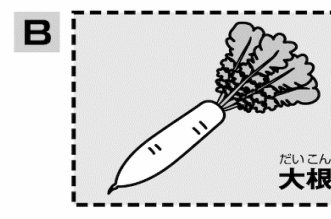
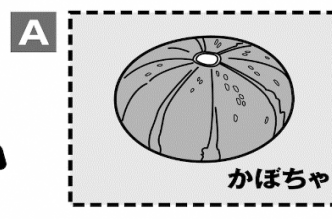
Q2

オクラを切ったときのシルエットはどっち?



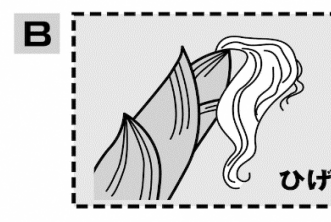
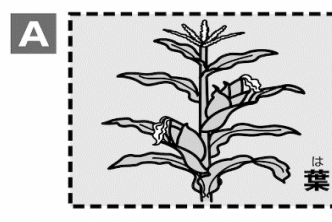
Q3

煮物によく使われる野菜で、夏に多くとれるのはどっち?



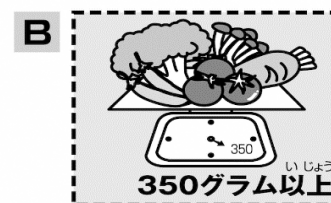
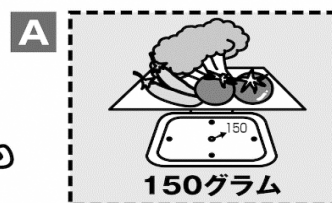
Q4

トウモロコシの粒の数と、同じ数なのはどの部分?



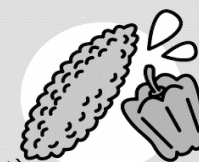
Q5

健康な体をつくるために野菜は1日どのくらい食べた方がいい?



こたえ

- Q1…B(夏の太陽をたくさんあびるために、土の上に育つ)
- Q2…A(Bはトマトを輪切りにしたときのシルエット)
- Q3…A(大根は、冬野菜)
- Q4…B(1本1本のひげに受粉することで粒が大きく成長する)
- Q5…B(色の濃い野菜と色のうすい野菜をバランスよくとると良い)



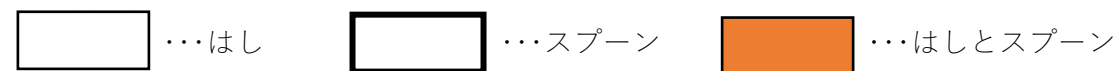
きゅうしょくカレンダー 7月

亀岡市立学校給食センター 令和8年度【B 献立】

日・曜	こんだて	こんだて・ざいりょうについて
6 ・ 月	ごはん ぎゅうにゅう カレー ふくじんづけ カラフルソテー	おおざら 大皿 しるわん おおざら 大皿 こざら 小皿
7 ・ 火	ごはん ぎゅうにゅう さばのみそ煮 けんちん汁 七夕ゼリー	おおざら 大皿 こざら 小皿 しるわん
8 ・ 水	〈かめまるの日〉 ごはん(減量) ぎゅうにゅう ◎夏野菜のあんかけ 丼 おなか炒め	めしわん しるわん こざら 小皿
9 ・ 木	バターうずまきパン ぎゅうにゅう かぼちゃのひき肉サンドフライ ミネストローネ	おおざら 大皿 こざら 小皿 しるわん
10 ・ 金	ごはん ぎゅうにゅう マーボー豆腐 もやしの炒めナムル	めしわん しるわん こざら 小皿

日・曜	こんだて	こんだて・ざいりょうについて
13 ・ 月	ごはん(減量) ぎゅうにゅう 肉じゃが 小松菜とじゃこの あまから炒め	めしわん しるわん こざら 小皿
14 ・ 火	キャロットライス(減量) ぎゅうにゅう 星のハンバーグの カクテルソースかけ 七夕汁	めしわん こざら 小皿 しるわん
15 ・ 水	チャーハン(減量) ぎゅうにゅう ◎新チヂミ わかめスープ	めしわん こざら 小皿 しるわん

◎のメニューには、京都府立農芸高等学校で作られたたまねぎやじゃがいもを使っています



※(減量) …いつもより少なめのごはんです。

7月の給食は、どうだったかな？(配膳員さんにお願いと、給食センターに送れるよ。)

わくの中に感想を書いて、給食センターに送ってくれるとうれしいです。

小学校
学園
年 組