

7月分 献立表（案）について

・給食回数は13回を予定しています。

・応募献立

14日（火）「酢鶏」 北里中学校 後藤覚鋭（ごとうかくえい）さん

・共同購入物資

13日（月）「枝豆コロッケ」40g・50g

・除去食

14日（火）「にら玉スープ」（卵除去食）

【献立説明】

1日（水）

・鶏から揚げのレモン風味は、揚げた鶏肉をしょうゆ・砂糖・レモン果汁で作ったタレに絡めて作る予定です。夏なので、レモンのさっぱりした風味で食べやすい献立にしました。

2日（木）

・とうがんのカレー煮は、夏が旬の冬瓜を使ったカレー味の煮物です。
・きゅうりとにんじんを茹でて冷まし、ごまじょうゆで絡めて作ります。

3日（金）

・コーンクリームスープは、給食センターでルウを作ります。
・サンドイッチバンズパンに照り焼きハンバーグと野菜ソテーを挟んで、照り焼きハンバーガーとして食べます。

6日（月）

・旬のナスを使ったマーボーナスです。少し豆腐も入れる予定です。
・わかめのさっぱりあえは、わかめ・もやし・にんじんを茹でて冷まし、しょうゆ・酢・砂糖・ごま油のタレで絡めて作ります。

7日（火）

・七夕献立です。
・天の川そうめん汁は、そうめん、天の川、オクラと星型のかまぼこで星をイメージする予定です。
・星のコロッケは、星型で乳卵のアレルギーを使用しないものを選ぶ予定です。
・短冊サラダは、食材をすべて短冊切りにして作りたいと思います。

- ・七夕デザートはゼリー以外のものを選びたいと考えています。

8日（水）

- ・タンタンメンのスープは、みそとごまが香る味付けにする予定です。
- ・愛知の野菜春巻きは、愛知県産の野菜がたくさん使われたものです。
- ・春雨サラダは、さっぱりと食べられるよう少し酢を加えて作る予定です。

9日（木）

- ・トックスープは韓国のトックというお餅を使ったスープです。
- ・ビビンバは、子どもたちにも人気の献立です。
- ・口直しに、冷たいピーチゼリーを付けたいと思います。

10日（金）

- ・鶏肉のトマト煮は、鶏肉と鶏団子、野菜をトマト味で煮込んで作ります。
- ・シュガータフィーは炒り大豆に砂糖衣をつけたものです。これまでもココア味で献立に活用したことがあります、子どもたちに人気のメニューです。

13日（月）

- ・枝豆コロッケは、国産枝豆がごろごろと入ったものです。
- ・オクラの彩りあえは、オクラ・キャベツ・赤ピーマン・コーンを使って彩りのよい和え物にします。

14日（火）

- ・にら玉スープは、卵除去食の献立になります。
- ・酢鶏は、応募献立を参考にしました。酢豚のように肉を揚げずに、鶏肉・にんじん・ピーマン・たまねぎを炒めて作ります。
- ・子ども達に人気の冷凍みかんを小学校 S サイズ、中学校 M サイズで出したいと思います。

15日（水）

- ・大豆をもっと食べてほしいと思ったので、ミートソースには、細かく砕いた大豆を加えました。
- ・白身魚の香味フライは、ハーブが香るものを選ぶ予定です。

16日（木）

- ・みそけんちん汁は、通常のかんちん汁に白みそと赤みそを加えて作りたいと思います。

17日（金）

- ・夏野菜カレーは、旬のナスやズッキーニ、トマトなどを使って作りたいと思います。
- ・熱い時期なので、アイスデザートをつけました。内容については、物資選定委員会で決めたいと思います。