

給食だより

令和3年 7月

佐呂間町学校給食センター
TEL 5-2555



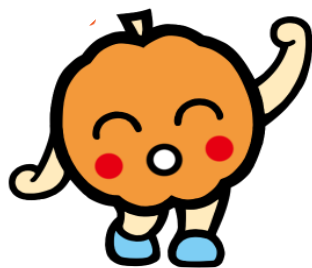
『ふるさと給食』はじめました。

今年度から、佐呂間町の地場産物が多くなる7月～1月にかけて、月に1回『ふるさと給食』という佐呂間の食材を使った給食を出します。今までも佐呂間の食材を使用した給食を出していましたが、『ふるさと給食』という日を設定し、その季節にある佐呂間の食材を使用した献立を作ることでより佐呂間のことを知り、魅力を感じることができたら良いなという思いで企画されました。

佐呂間の地場産物をより給食で使用できるよう献立を工夫し、佐呂間の魅力を再発見できるよう、『ふるさと給食』の前にその食べ物を特集したお便りを発行する予定です。

7月のふるさと給食は、
7月14日(水)です。

- *もち麦いりごはん
- *夏野菜カレー
- *きゅうりの中華漬け
- *ナタデココヨーグルト

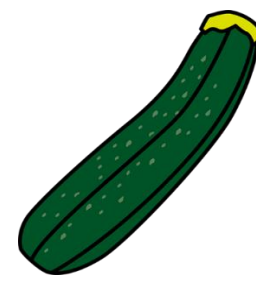


今回使用する佐呂間産の食材です！

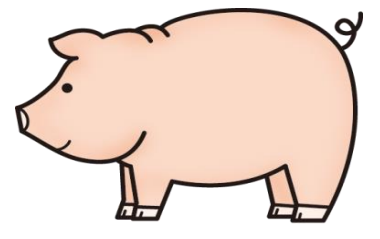
佐呂間の方が作ってくれた食べ物を味わおう！



もちむぎ



ズッキーニ



サロマぶた

今月のズッキーニは佐呂間産のものを使用する予定です。



#	右下:エネルギー(単位:Kcal) (牛乳は毎日つきます) (小学校3・4年/中学生)	おもな材料と体内でのはたらき			一口メモ	スプーン・フォークのつく日
		体をつくるもとになる(赤)	からだの調子を整える(緑)	エネルギーのもとになる(黄)		
1(木)	ナン			ナン	チリコンカンはアメリカ生まれの料理です。お肉と豆をトマトソースで煮込んでいます。	
	チリコンカン	ミックスビーンズ・ぶたにく	たまねぎ・にんじん・トマト			
	チキンナゲット (601/670)	とりにく		パンこ・サラダあぶら		
	キャベツとハムのマリネ	ハム	キャベツ・きゅうり・にんじん			
2(金) ⑧浜小	やきぶたチャーハン	ぶたにく	たまねぎ・にんじん・しいたけなど		チャーハン調理員さんが、大きな釜で2人がかりで、ごはんを炒め混ぜています！	
	ちゅうかスープ	とうふ・たまご	はくさい・ながねぎ			
	もやしのナムル (581/754)	ハム	もやし・にんじん・ほうれんそう	ごま		
5(月)	ごはん			ごはん	今日の炒め物は去年の佐小6年生のグループが家庭科の授業で考えたメニューです🍀	
	みそしる	とうふ・わかめ	ながねぎ・ぶなしめじ			
	ますのしおやき (593/773)	ます				
	キャベツとベーコンのサツといため	ベーコン	キャベツ・もやし・にんじん			
6(火)	スパゲッティミートソース	ぶたにく・だいず	たまねぎ・にんじん・トマト	スパゲッティ	海藻サラダは人気のメニューの一つです！食物繊維が多く入っていて、おなかの調子を整えますよ！	
	かいそうサラダ	かいそう・シーチキン	キャベツ・きゅうり・にんじん	いりごま		
	ももかん (657/878)		もも			
7(水) ⑧若保	チキンピラフ	とりにく	たまねぎ・にんじん・コーンなど	ごはん・バター	今日は七夕です☆織姫と彦星が1年に1度だけ会える日とされています。	
	たなばたスープ	ベーコン	キャベツ・だいこん・たまねぎなど	マカロニ		
	ほしのコロッケ	とりにく・ぶたにく	たまねぎ	じゃがいも・パンこ・サラダあぶら		
	たなばたゼリー (737/900)		ぶどう	さとう		

#	右下:エネルギー(単位:Kcal)		おもな材料と体内でののはたらき			一口メモ	スプーン・フォークのつく日
	(牛乳は毎日つきます)	(小学校3・4年/中学生)	体をつくるもとになる(赤)	からだの調子を整える(緑)	エネルギーのもとになる(黄)		
8(木)	コッペパン クラムチャウダー ハニーマスタードチキン むしやさいサラダ (602/755)		あさり・ぎゅうにゅう・とうにゅう とりにく	たまねぎ・にんじん	コッペパン じゃがいも・バター・はくりきこ	コッペパンは遠軽町のふじ美製パンさんが作っています。	
9(金)	ごはん みそしる ぎゅうにくとごぼうのいために おひたし (595/775)		あぶらあげ ぎゅうにく・ひじき・えだまめ	はくさい・ながねぎ ごぼう・にんじん・しいたけ	ごはん しらたき	牛肉は佐呂間の「トップファーム」の牛肉を使っています。佐呂間のじまんのたべものの1つです。	
12(月)	ごはん みそしる てりやきチキン ラワンぶきのいために (595/828)		わかめ とりにく	たまねぎ	じゃがいも	「ラワンぶき」は足寄町のらわん地域に生えている、大きなぶきです。北海道遺産にも認定されています！	
13(火)	クリームスパゲッティ キャベツとツナのサラダ パインかん (670/890)		とりにく・ぎゅうにゅう・とうにゅう	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム キャベツ・にんじん・コーン パイン	スパゲッティ・バターなど 	今年度も乳製品(牛乳やチーズなど)はJAサロマさんから無償でいただいています❀	
14(水)	なつやさいかレー きゅうりのちゅうかづけ ナタデココヨーグルト (770/953)		ぶたにく	ピーマン・ズッキーニ・なすなど きゅうり・にんじん もも・みかん・ナタデココ	ごはん・もちむぎ 	★ふるさと給食★ 夏野菜カレーに佐呂間産のズッキーニ、豚肉、もち麦を使っています。	
15(木)	ソフトパン ポトフ ミートボール マカロニサラダ (633/693)		ウインナー とりにく・ぶたにく	にんじん・キャベツ・にんじん たまねぎ	ソフトパン じゃがいも パンこ	暑い日には、こまめな水分補給と、バランスよく食べることが大切ですよ。	
16(金)	ごはん チンゲンサイととうふのスープ スケトウダラのからあげ まーぼーなす (622/819)		とうふ	チンゲンサイ・ながねぎなど	ごはん	なすは夏の旬の野菜です！夏バテをふせぐ食べ物の1つです。	
19(月)	ごはん みそしる ハンバーグ ごぼうサラダ (672/885)		あぶらあげ とりにく・ぶたにく	キャベツ・たまねぎ たまねぎ	ごはん パンこ	ごぼうサラダはみんなが食べやすいように、調理員さんがごぼうを甘辛く煮てから、サラダに混ぜています。	
20(火)	しおラーメン どさんコーン オレンジ (654/754)		ぶたにく	もやし・ながねぎ・たまねぎなど タラ コーン オレンジ	ちゅうかめん サラダあぶら	どさんコーンは北海道のコーンとタラのすり身を使って作っています。	
21(水)	ズッキーニとにくだめどん ミニトマト あべかわだんご (708/927)		ぶたにく	ズッキーニ・たまねぎ・にんじん ミニトマト きなこ	ごはん しらたま	「安倍川もち」は静岡県の名物料理です。柔らかいもちに「きな粉」がかかっています。	
26(月)	ごはん みそしる (650/836) サロマぶたのしょうが焼き キャベツとちくわのいためにもの		わかめ サロマぶた ちくわ	たまねぎ しょうが キャベツ・たまねぎ・にんじんなど	ごはん じゃがいも	しょうが焼きのお肉はサロマ豚です！給食でははじめて、一枚でだしてみました…！	
27(火)	やきそば ぎょうざ りんご (582/633)		ぶたにく	キャベツ・たまねぎ・にんじん りんご	ちゅうかめん	今日、明日は保育所のみの提供となります。	
28(水)	いなりずし すましじる とりてん オレンジゼリー (676/962)		あぶらあげ とうふ とりむねにく	にんじん・こまつな・えのきたけ しょうが オレンジ	ごはん・ごま	今年度は7月29日～8月15日まで給食の提供はありません。	

※都合により、献立を予告なく変更する場合があります。