

きれいに洗った「はし」と「スプーン」を忘れずにご準備ください。



7月予定献立表

令和7年7月 大分大学教育学部附属小学校

日	献立名	体をつくる	体を守る	体を動かす	その他	エネルギーたんぱく質
1火	減量コッペパン			★コッペパン		636 kcal
	春巻き	春巻き(乳・卵なし)		サラダ油		22.4 g
	肉みそ汁ビーフン	ぶたにく,みそ	しょうが,にんにく,ねぎ,たまねぎ,干しいたけ,にんじん,こまつな	ごま油,さとう,ごま,ビーフン	酒,みりん,こいくちしょうゆ,トウバンジャン,水,チキンガラスープ,中華あじ,塩,こしょう,うすくちしょうゆ	
2水	ゆかりごはん		ゆかり	米		548 kcal
	イワシの生姜煮	イワシの生姜煮(魚)				23.1 g
	みそけんちん汁	だしこんぶ,だしかつお節,あぶらあげ,とうふ,みそ	干しいたけ,にんじん,だいこん,ごぼう,ねぎ	さといも	水	
3木	減量コッペパン			★コッペパン		570 kcal
	夏野菜のナポリタン	ロースハム(乳・卵なし),ベーコン(乳・卵なし),★チーズ	にんにく,たまねぎ,にんじん,トマトピューレ,トマトケチャップ,グリーン野菜(ズッキーニ・なす・ピーマン)	オリーブ油,さとう,スパゲティ	赤ワイン,塩,こしょう,コンソメ,ウスターソース	22.1 g
	コーンサラダ	まぐろ油漬け	キャベツ,きゅうり,にんじん,たまねぎ,とうもろこし	サラダ油,さとう	穀物酢,塩,こしょう,こいくちしょうゆ	
4金	弁当日 					
7月	麦ごはん 			米,県産押麦		639 kcal
	夏野菜と星のコロッケカレー					23.9 g
	星のコロッケ	星のコロッケ(乳・卵なし)		サラダ油		
	夏野菜カレー (ラッキーにんじん入り) 	ぶたにく	にんにく,しょうが,たまねぎ,にんじん,なす,りんご,トマトケチャップ,トマト,ピーマン,かぼちゃ,枝豆	サラダ油,じゃがいも,カレールウ	赤ワイン,ナツメグ,水,コンソメ,こいくちしょうゆ,ウスターソース	
	セタデザート(マスカットゼリー) 			セタデザート(マスカットゼリー)		
8火	コッペパン			★コッペパン		531 kcal
	チーズオムレツ	★チーズオムレツ(卵・チーズ)				24.0 g
	鶏肉とじゃがいものトマト煮	とりにく	にんにく,たまねぎ,にんじん,トマト,トマトピューレ,トマトケチャップ	サラダ油,じゃがいも,さとう	赤ワイン,塩,こしょう,水,チキンガラスープ,コンソメ,ウスターソース	
9水	白ごはん 			米		546 kcal
	山口県の郷土料理 『チキンチキンごぼう』	とりにく	ごぼう,枝豆	かたくり粉,サラダ油,さとう,ごま	こいくちしょうゆ,水,みりん,酒	20.9 g
	夏野菜のみそ汁	だしかつお節,とうふ,みそ,わかめ	たまねぎ,にんじん,なす,えのきだけ,かぼちゃ,ねぎ		水	
10木	減量コッペパン			★コッペパン		605 kcal
	焼きギョーザ	ぎょうざ				27.5 g
	ジャージャー麺	ぶたにく	しょうが,にんにく,干しいたけ,たまねぎ,にんじん,ねぎ,チンゲン菜	サラダ油,さとう,ごま油,チャンポンめん	酒,こいくちしょうゆ,オイスターソース,テンメンジャン,トウバンジャン,水,中華あじ	
11金	弁当日 					
14月	麦ごはん			米,県産押麦		533 kcal
	マーボーなす	ぶたにく,豆みそ(八丁みそ),とうふ	しょうが,にんにく,たまねぎ,にんじん,干しいたけ,なす,にら	サラダ油,さとう,かたくり粉,ごま油	酒,トウバンジャン,塩,こしょう,水,こいくちしょうゆ,テンメンジャン,オイスターソース	23.3 g
	高菜のごま炒め		たかな漬	サラダ油,さとう,白ごま	酒,みりん	
15火	黒砂糖パン			★黒砂糖パン		634 kcal
	ぶたにくとゴーヤの揚げ煮	★卵,豚肉	にがうり,しょうが	かたくり粉,小麦粉,サラダ油,さとう	水,こいくちしょうゆ,みりん,トウバンジャン	25.6 g
	夏野菜のコンソメスープ	ウィンナー(乳・卵なし)	たまねぎ,にんじん,マッシュルーム,にんにく,かぼちゃ,トマト,枝豆	オリーブ油,さとう,マカロニ	白ワイン,水,チキンガラスープ,コンソメ,塩,こしょう	
16水	白ごはん			米		538 kcal
	豆腐のカレー煮	ぎゅうにく,とうふ	にんにく,たまねぎ,にんじん,干しぶどう,トマトケチャップ,にら,ほうれんそう	サラダ油,カレールウ	酒,水,コンソメ,こいくちしょうゆ	23.7 g
	キュウリのレモン漬け		キュウリのレモン漬け			
17木	コッペパン			★コッペパン		643 kcal
	国産サケのメンチカツ	サケ(魚)のメンチカツ(乳・卵なし)		サラダ油		27.1 g
	フランスの料理 『ラタトゥイユ』 	とりにく,ベーコン(乳・卵なし)	にんにく,たまねぎ,にんじん,トマト,トマトピューレ,トマトケチャップ,なす,かぼちゃ,ズッキーニ,ピーマン	オリーブ油,さとう	赤ワイン,塩,こしょう,水,コンソメ,こいくちしょうゆ	
	冷凍ヨーグルト			★冷凍ヨーグルト		
18金	弁当日 					

お知らせ

- ・7品目(そば、卵、乳、落花生、えび、かに、くるみ)のアレルギー食品には★を表示しています。
- ・材料などの都合により献立を変更する場合があります。
- ・給食がある日は必ず、飲用牛乳がつきます。

給食ひとくちメモ7月号

令和7年7月1日（火）

担当：栄養教諭 後藤

1. 献立について

- 夏が旬の食材（きゅうり、ズッキーニ、なす、かぼちゃ、トマト、ピーマン、にがうり等）を取り入れていきます。
- 気温湿度の高いこの時季は子どもたちの食欲が低下します。少しでも食欲を高めるために、辛さに気をつけながら、カレー粉等の香辛料を使った料理や冷たいデザートを取り入れていきます。

2. 世界の料理・日本の郷土料理について

世界の料理はフランスの『ラタトゥイユ』を提供します。ラタトゥイユ（Ratatouille）は、フランス南部プロヴァンス地方、特にニースが発祥とされる郷土料理です。夏に旬を迎える野菜、主にナス、ズッキーニ、パプリカ、玉ねぎ、そして完熟トマトを使い、ニンニクとオリーブオイルで煮込みます。18世紀に“残り物の煮込み”をラタトゥイユと呼ぶようになり、現在の料理の形となったのは20世紀に入ってからと言われています。

日本の郷土料理は山口県の『チキンチキンごぼう』を提供します。『チキンチキンごぼう』は、学校給食から県内全域に広まり、山口県民のソウルフードとなった料理です。一口サイズの鶏の唐揚げと素揚げしたごぼうを甘辛いタレで絡めます。発祥は1995年頃のことです。小学校の栄養教諭が「給食のレシピがマネンリ化している」と、各家庭のオリジナル料理を募集したところ、そこに寄せられたレシピを元に考案されました。

チキンチキンごぼうは、

【日本の郷土料理と世界の料理実施一覧】

提供月	国	世界の料理	都道府県	日本の郷土料理
令和6年 4月	南アフリカ	チャカラカ	宮城県	おくずかけ
5月	ハンガリー	グヤーシュ	岩手県	いもの子汁
6月	ドイツ	『グーラッシュ』 『ザワークラウト』	秋田県	横手やきそば
7月	ガーナ共和国 ケニア	『ジョロフライス』 『カランガ』	青森県	けの汁
8月・9月	フランス	チキンフリカッセ	北海道	帯広市学校給食 人気メニュー 帯広の肉じゃが
10月	フィンランド	ロヒ・ケイト	沖縄県	タコライス
11月	インドネシア	ナシゴレン	鹿児島県	豚みそ
12月	アメリカ	チリコンカン	宮崎県	チキン南蛮 タルタルソース
令和7年 1月	韓国	ビビンバ トックスープ	熊本県	太平燕
2月	ポルトガル	ガルドベルデ	福岡県	がめ煮（筑前煮）
3月	ロシア	ウハー	佐賀県	シシリアンライス
4月	ドイツ	カルトツフェルズuppe	長崎県	ヒカド
5月	中国	麻婆豆腐	熊本県	だご汁
6月	ベルギー	チキンの ワートルゾーイ	大分県	鶏めし
7月	フランス	ラタトゥイユ	山口県	チキンチキンごぼう