

月		火	水		木	金	
7月7日は☆七夕☆ 七夕は、織姫と彦星が1年に1度だけ、天の川で会える日とされています。 給食でも、七夕にちなんで、星型のものが登場します。 お楽しみに♪		1日 とりにくとやさいのポトフ とりにく じゃがいも たまねぎ にんじん ズッキーニ たまねぎ ホールコーン えだまめ とりガラスープ しお こしょう しろワイン しょうゆ あぶら みず	こめこコッペパン キャベツミンチカツ キャベツミンチカツ 1コ あぶら とんかつソース 1ふくら ぎゅうにゅう	2日 かぼちゃのみそしる かぼちゃ とうふ たまねぎ だいこん あぶらあげ たわらさんあおねぎ あかみそ いなかみそ けずりぶし みず ぎゅうにゅう	ごはん とりミンチ たまねぎ にんじん ごぼう しょうが しょうゆ みりん りょうりしゅ さとう あぶら ぎゅうにゅう	3日 やきそば やきそばめん ぶたにく キャベツ たまねぎ しお こしょう とんかつソース ウスターソース あぶら きりめいりげんりょう コッペパン ベーコンオムレツ ベーコンオムレツ 1コ トマトケチャップ クラス1ぼん のむヨーグルト (7%ミル・7%レーン)	4日 ごはん にくどうふ ぶたにく とうふ はくさい たまねぎ にんじん しめじ こんにゃく ごぼう あぶら さとう しょうゆ みりん りょうりしゅ サワラ しおこうじづけ 1きれ ぎゅうにゅう
7日 たなばたすましじる ぶたにく だいこん にんじん たまねぎ たわらさんあおねぎ ちらしかまぼこ(ほし) とうふ だしこんぶ けずりぶし しょうゆ りょうりしゅ みりん しお みず	ごはん ほしのコロッケ ほしのコロッケ 1コ あぶら たなばたゼリー 1コ *七夕ゼリー レモンゼリーとぶどうゼリーの二層ゼリーに、みかんゼリーのモチーフが乗っています。	8日 ミートボールのようふうに ミートボール じゃがいも たまねぎ にんじん だいこん えだまめ あぶら ボークガラスープ しろワイン しお こしょう みず	きりめいりコッペパン フランクフルト フランクフルト 1ぼん トマトケチャップ クラス1ぼん ぎゅうにゅう	9日 しょうゆラーメン ぶたにく にんじん たまねぎ はくさい もやし たわらさんあおねぎ ちゅうかめん ラーメンスープ(しょうゆ) ボークガラスープ こしょう あぶら ごまあぶら みず	ごはん ツナかん ホールコーン きゅうり マヨネーズふうドレッシング クラス1ぼん ぎゅうにゅう	10日 オニオンスープ ウイナー たまねぎ にんじん しめじ キャベツ グリーンピース ボークガラスープ しょうゆ しお こしょう あぶら みず ココアコッペパン バラベーコン じゃがいも ホールコーン しお こしょう あおのり あぶら ぎゅうにゅう	11日 なつやさいのカレーライス ぶたにく かぼちゃ なす たまねぎ にんじん じゃがいも ホールコーン ズッキーニ しょうが にんにく こめこのカレールウ トマトみずにしお しょうゆ ボークガラスープ あぶら みず れいとうサイダーふうゼリー りんごかん あまなつみかんかん パインかん ぎゅうにゅう

じばさんぶつ しょう
地場産物の使用について

今月は、四條畷市田原産の青ねぎを使います。
お米は四條畷産米(ヒノヒカリ)を使います。

青 ね ぎ: 2日(水)・ 7日(月)・
9日(水)・14日(月)
お 米: 全ての米飯給食の日
(月曜日・水曜日・金曜日)

★よく味わって、
地元の味を知りましょう★

おち しょうざい さんち
主な食材の産地について (5月21日～6月20日)

あお こまつ な さい おおさか しじょうなわて
青ねぎ・小松菜・チンゲン菜 大阪 (四條畷)

ズッキーニ 長野 茄子 大阪・高知 白ねぎ 大分・長崎

キャベツ 愛知・長野 エリンギ 長野 じゃがいも 熊本・長崎

きゅうり 佐賀・宮崎・高知 れんこん 徳島 ニら 大分・高知

豚肩ロース 群馬 豚ミンチ 長崎 鶏肉 宮崎・鹿児島

みかん缶 大阪 トック 新潟・栃木 焼きイカ パルー

れんこんのせカレーミンチフライ 静岡・愛知 野菜コロッケ 北海道

ほうれん草焼売 新潟・北海道・長崎・岐阜 プレーンオムレツ 鹿児島・宮崎・熊本

*産地の詳細や7月分の栄養価表は、ホームページに掲載しております。

＜食物アレルギーの対応について＞

学校給食センターでは、アレルギーを持つ児童・生徒の除去食及び代替食は、調理設備・人員等の関係から行っておりませんが、「アレルギー別表」を作り、情報提供しています。

アレルギー別表には、鶏・卵・魚介・乳・大豆・小麦・ごまやナッツ類について、①～⑦の番号をつけ、どのアレルゲンが含まれているかを記載しています。配付を希望されるご家庭は、学校にご連絡ください。また、アレルゲンの種類だけでなく、詳しい内容が必要な場合には、「食品内容表」を配付しますので、学校に申し出てください。(ただし、アレルギー別表には、*コンタミネーションに関する記載はしていませんので、ご了承ください。)

＜*コンタミネーション＞ 食品を生産する際に、原材料としては使用していないにもかかわらず、特定原材料が意図せずに混入してしまふ場合のことをいいます。

＜*注意喚起表示の例＞ A: 同一製造ライン使用によるコンタミ B: 原材料の採取方法によるコンタミ

A: 本品製造工場では小麦、卵を含む製品を生産しています。
B: 本製品で使用しているしらすは、かにが混ざる漁法で採取しています。

消費者庁は、コンタミネーション(微量混入)の可能性が排除できない場合は、上記のような注意喚起表示を推奨していることもあり、食品メーカーが記載する場合があります。また、食品メーカーだけでなく、同一の釜や器具を使って調理を行う学校給食センター、パン・米飯工場においてもコンタミネーションの可能性もあります。機械や器具の洗浄・消毒が適切になされているため、コンタミネーションの可能性はないに等しいのですが、ご心配な食材があるときは、学校給食センターまでお問い合わせください。

ご協力よろしくお祈いします。

きゅうしよく つか なつやさい
給食で使われている夏野菜

旬の時期には、栄養がたっぷり含まれていて、よりおいしくなると言われています。
給食でも季節を意識した食材を取り入れているのでご紹介しします!

かぼちゃ
ビタミンAが多く、緑黄色野菜に分類されます。
ほくほくしていて、甘いのが特徴です。

なす
90%以上が水分で、体を内側から冷やす作用があります。
まん丸のナスや、長いなすがあり、形や大きさも様々です。

ズッキーニ
見た目はきゅうりに似ていますが、実はかぼちゃの仲間です。
色鮮やかですが、淡色野菜に分類されます。

きゅうり
水分がたくさん含まれており、同時にミネラルもとれるため、熱中症対策になります。
夏場の暑い時期に、ぴったりの野菜です。

とうもろこし
日本では、スイートコーンという種類を、成熟する前に収穫したものを食べており、野菜とされていますが、世界ではとうもろこしを主食にしている地域もあり、穀類でもあります。

冬瓜
名前に"冬"という漢字が入っていますが、夏に旬を迎える野菜です。
冬まで貯蔵することができるから、「冬瓜」と呼ばれるように なったともいわれています。

トマト
「トマトが赤くなると医者が青くなる」と言われるほど、ビタミンやリコピンが豊富に含まれています。
リコピンは赤い色素を作ってくれる栄養素です。