



# 7月よていこんだてひょう

令和6年(2024年) \*牛乳は毎日つきます

美濃加茂市学校給食センター  
あじさいLunchの森 TEL:26-3623

月 1	火 2	水 3	木 4	金 5
ゆかりあえ なすフライにくみそかけ ごはん とうふじる (小)620kcal (中)752kcal	チョコクリーム (ト)だいこんサラダ しよくパン とりにくのマーレードソース ズッキーニのトマトスープ (小)675kcal (中)822kcal	(学)れいとうみかん (ト)にんじんサラダ ぶたキムチ むぎごはん わかめスープ (小)613kcal (中)761kcal	きりぼしだいこんのもの しろみざかなのレモンふうみ ごはん とりだんごじる (小)650kcal (中)814kcal	ごまじょうゆあえ (学)たなばたゼリー サワラのあまだれかけ なめし たなばたじる (小)620kcal (中)766kcal
8 歯の日	9	10	11	12
つぼづけあえ ぶたにくのかりんあげ ごはん もずくじる (小)622kcal (中)783kcal	詳しくは下を確認しよう (B)きゅうきゅうカレー (A)くろコッペパン (ト)かぼちゃとポテトのサラダ サケのパンこやき キャベツスープ (小)626kcal (中)755kcal	クラスでのりをまぜよう (学)れいとうパン ゆうぜんごはんのぐ アユのこめこあげ むぎごはん だいこんじる (小)653kcal (中)796kcal	(学)みかんゼリー ツナとじゃがいものちゅうかに ふかさ あげぎょうざ(小2・中3こ) (チ)ひやしちゅうか (小)655kcal (中)816kcal	きんぴらごぼう とりにくのうめジャムソース ごはん あつあげのみそしる (小)629kcal (中)779kcal
15	16 ふるさとを味わう日	17	18	19
うみ 海の目 (ト)ドレッシング (シ)卓上しょうゆ (チ)冷やし中華のタレ (学)学配回収 (ゴミは、配達業者が回収しますので分けてください) 基準量(小650kcal・中830kcal)	クラスでかつおぶしをまぜよう (学)フローズンヨーグルト (シ)おかかあえ ぶたにくのしょうがいため ごはん オクラのすまじる (小)664kcal (中)809kcal	ゆでだまめ ふかさ なつやさいカレー(むぎごはん) とうふナゲット(小2・中3こ) (小)686kcal (中)878kcal	(学)アセロラゼリー かおりたくあんあえ きつねうどん イカのからあげ (小)633kcal (中)784kcal	(ト)シャキシャキサラダ (学)すいか ハンバーグケチャップソース コーンピラフ アルファベットスープ (小)636kcal (中)771kcal
岐阜のイチオシ食材紹介 【アユ】 岐阜県内の澄んだきれいな川に住んでいます。アユは川魚の中でも特に味や香りが良く、「香魚」とも言われています。 今月の美濃加茂市・富加町産食材 米、きゅうり、なす、かぼちゃ、たまねぎ、じゃがいも、オクラ、梅ジャム		献立表と給食で使用 する加工食品配合表は、 美濃加茂市のホーム ページのついています。 ↓ 	8/29 (学)れいとうみかん (ト)ポテトサラダ とりにくのあげからめ ごはん しろみそしる (小)686kcal (中)851kcal	8/30 野菜の日 フルーツカクテル ふかさ なつやさいカレー イカのいそふうみ (小)693kcal (中)867kcal

## 【7月9日(火)の献立について】

学校によって主食が異なりますので、ご確認ください。

- A: 黒コッペパン 太田小、蜂屋小、山手小、西中、東中
- B: 救給カレー 加茂野小、下米田小、富加小、古井小(のぞみ教室)、山之上小、伊深小、三和小、双葉中

## 教えて!! 給食ができるまで

### Q.給食の献立はどうやって決めているの?

学校給食が食育の「生きた教材」となるよう、栄養士が中心となって、様々なことを考えながら決めています。

### 【栄養】

健康な体をつくるために、特に成長期に必要な鉄やカルシウムがしっかりとれるように気をつけています。

### 【地産地消】

ふるさとの良さを感じてもらえるように、岐阜県、美濃加茂市、富加町産の食材を積極的に使用しています。



## 親子料理教室

親子で楽しく「歯と口の健康」にちなんだ料理を作ってみましょう

とき 7月28日(日) 午前9時30分から午後1時

ところ 学校給食センター

内容 親子で料理を作ります  
(献立: かみかみビビンバ、高野豆腐のパン粉焼き、わかめスープ、サイダーかんとん、チョコファイ)  
※詳しい使用食材は、申込フォームから確認いただけます。

対象 市内在住の小中学生とその保護者

定員 15組

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、子ども用上履き、水筒(飲み物)

申し込み 7月16日(火)までに、申込フォーム(<https://logofom.jp/f/UcAco>)で学校給食センターへ

※右の二次元コードからも申し込みできます。

※応募多数の場合は抽選し、結果は7月19日(金)までに電子メールにてお知らせします。



※物資の都合により、献立を一部変更することがあります。

<問合せ> 学校給食センター 26-3623