

7月給食だより

令和7年7月
舟橋村立舟橋小学校

暑い時期は食中毒に要注意！

1年のうちでも気温や湿度が高くなる6～9月ごろは、細菌による食中毒の発生が多くなる時期です。特に、作ってから食べるまでに時間があくお弁当は、より一層、衛生面で注意が必要です。以下のポイントに気をつけるとともに、食べる前には必ず手を洗いましょう。

お弁当作りの食中毒防止対策

調理の ポイント	手をきれいに洗う 	肉以外の食材はよく洗う 	おかずは中心部までしっかり加熱する 75℃ 1分以上 	作り置きのおかずも再加熱する
詰めるときの ポイント	汁気や水分をよく切る 	仕切りやカップを利用する 	ごはん、おかずは冷ましてから詰める 	なるべくすき間なく詰める
保存の ポイント	冷蔵庫や涼しいところに保管して、早めに食べる 		持ち歩くときは、保冷剤・保冷バッグを利用する 	

7月は、中学校の給食委員会の企画献立が3回あります！

先生の思い出給食（11日・24日）

今年度舟橋中学校に転任された先生方に、思い出の給食を教えてくださいました。今月は2名の先生の思い出の給食が登場します。中学校の給食時には、どのような思い出があるのか話されます。今後、小学校でも実施するかもしれません。お楽しみに！

- ★ 11日（金）・・・有山校長先生の思い出給食
- ★ 24日（木）・・・ジェラルディン先生の思い出給食

新入生に食べてもらいたい給食（14日）

「今年入学してきた中学1年生に食べてほしい給食アンケート」を2・3年生に実施し、1位になった主菜・副菜・汁物が登場します。主食の1位は揚げパンでしたが、揚げ物を2種類作るとは調理作業上できないので、16日（水）に登場します。





7月予定献立表



舟橋村立舟橋小学校

	主食	牛乳	こんだて	使用している食品					
				【赤】血や肉や骨をつくる	【緑】体の調子を整える	【黄】熱や力になる			
				1群	2群	3群	4群	5群	6群
1 火	半夏生献立 えだまめ しそごはん	○	たこのからあげ こまつなびたし あつあげのちゅうかにこみ	たこ あつあげ あかみそ たまご ぶたにく	牛乳	えだまめ あかじそ こまつな にんじん	とうもろこし キャベツ えのきたけ たけのこ だいこん	ごはん こめこ さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら
2 水	ごはん	○	キャベツいりひらつくね ひじきいため おやこに	だいす かつおぶし うすあげ たまご とりにく かまぼこ	牛乳 ひじき	さやいんげん えだまめ にんじん	キャベツ しょうが たまねぎ ほししいたけ	ごはん でんぶん さとう じゃがいも	ラード あぶら
3 木	ごはん	○	あげざかなのレモンあじ ナムル わかめスープ	たら もめんどうふ ベーコン	牛乳 わかめ	にんじん	レモン もやし きゅうり えのきたけ	ごはん さとう でんぶん	あぶら ごま ごまあぶら
4 金	コッペパン	○	ポークソテー アスパラサラダ みそクリームスープ	ぶたにく みそ しろいんげんまめ	牛乳	ピーマン にんじん パプリカ あおじそ フリルレタス	とうもろこし うめ たまねぎ	コッペパン じゃがいも	あぶら
7 月	七夕献立 ごはん	○	ほしがたハンバーグ ビーナッツあえ たなばたじる たなばたゼリー	とりにく ぶたにく かまぼこ うすあげ	牛乳	かぼちゃ トマト オクラ にんじん	たまねぎ にんにく しょうが きゅうり キャベツ とうもろこし ほししいたけ ぶどう	ごはん さとう でんぶん そうめん	ラード ビーナッツ
8 火	ごはん	○	ぶたキムチ キャベツひたし えびととうふのうまに	ぶたにく もめんどうふ えび	牛乳	にんじん	たまねぎ はくさい りんご キャベツ ほししいたけ しょうが にんにく ねぎ	ごはん さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら
9 水	ごはん	○	やきハム ゴーヤチャンプル もずくスープ	とりにく ぶたにく たまご あつあげ ベーコン	牛乳 もずく	にんじん フリルレタス	ゴーヤ たまねぎ	ごはん さとう でんぶん	ラード あぶら マヨネーズ
10 木	納豆の日 ごはん	○	ふくらぎのたったあげ おひたし みそじる なっとう	ふくらぎ なっとう あつあげ みそ	牛乳	にんじん	もやし キャベツ だいこん ねぎ	ごはん でんぶん さとう	あぶら
11 金	先生の思い出給食 ～中学校の校長先生～ わかめ ごはん	○	ちくわのいそべあげ ハンサンスー かきたまじる	ちくわ とうふ たまご とりにく	牛乳 あおのり わかめ だししゆんじゅう	にんじん	キャベツ きゅうり えのきたけ ねぎ	ごはん こむぎこ はるさめ さとう でんぶん	あぶら ごま ごまあぶら
14 月	中学2・3年が中学1年生に食べてもらいたい給食 ごはん	○	とんかつのあまからに ゆかりあえ ぶたじる	だいすこ あつあげ みそ ぶたにく	牛乳	あかじそ こまつな にんじん	しょうが もやし だいこん ねぎ	ごはん さとう じゃがいも パンこ こんにゃく でんぶん	あぶら
15 火	ごはん	○	とりにくとなつやさいのあまずいため ゆでブロッコリー けんちんじる ヨーグルト	とりにく あつあげ うすあげ	牛乳 ヨーグルト	ピーマン かぼちゃ ブロッコリー にんじん	しょうが なす ねぎ たまねぎ ほししいたけ だいこん	ごはん さとう じゃがいも	あぶら
16 水	あげパン	○	あつやきたまご しょうがびたし ごもくみそじる	たまご きなこ みそ うすあげ	牛乳	にら にんじん	きゅうり しょうが キャベツ えのきたけ だいこん ごぼう ねぎ	コッペパン さとう でんぶん	あぶら
17 木	ごはん	○	にくだんごあますあん よごし だいすのいそに	あつあげ とりにく だいす みそ ぶたにく	牛乳 ひじき	こまつな さやいんげん にんじん	たまねぎ はくさい	ごはん さとう じゃがいも パンこ こんにゃく でんぶん	ごま あぶら
18 金	ごはん	○	さばのこうみやき こんぶあえ やさいのにも	さば みそ あつあげ	牛乳 こんぶ	にんじん	しょうが にんにく キャベツ たまねぎ たけのこ	ごはん こんにゃく じゃがいも さとう	ごまあぶら
21 月			うみのひ						
22 火	ごはん	○	マーボーなす そえやさい とうがんスープ ミディトマト	ぶたひきにく みそ あかみそ うすあげ えりかまぼこ	牛乳	えだまめ にんじん こまつな ブロッコリー ミディトマト	なす しょうが たけのこ キャベツ とうがん たまねぎ	ごはん さとう でんぶん じゃがいも	あぶら ごまあぶら
23 水	ごはん	○	あげぎょうざ すいか とりにくとじゃがいものにも	だいすこ さつまあげ とりにく	牛乳	さやいんげん にんじん	キャベツ たまねぎ すいか にんにく だいこん しょうが	ごはん でんぶん じゃがいも さとう こんにゃく こむぎこ	あぶら ラード ごま
24 木	先生の思い出給食 ～ジェラルディン先生～ ライス	○	フィッシュフライ パパイアピクルス カレー	ホキ ぶたにく	牛乳 だししゆんじゅう	にんじん かぼちゃ パパイア トマト ピーマン	にんにく しょうが たまねぎ なす	ごはん さとう でんぶん はつがげんまい パンこ じゃがいも こむぎこ	あぶら

※ 学校の行事等や作物の収穫状況によって献立を変更することがありますのでご了承ください。

※ 半夏生とは、夏至から数えて11日目の日のことです。関西地方ではタコを食べて稲がしっかり根付くことを願います。

★七夕の行事食—そうめん—



毎年7月7日は、五節句の一つ「七夕」です。中国から伝わった「織姫と彦星」の伝説や、日本の「棚機女」の伝説がもとになった行事で、機織りの糸や、夜空に浮かぶ天の川に見立てて「そうめん」を食べる風習があります。暑さで食欲がわきにくいこの時期に、のどごしよく食べやすいそうめんは、ぴったりの行事食です。季節の野菜や卵、ハムなどと合わせると彩りがよくなり、栄養バランスも整います。