



# 7月 こんだてひょう



《牛乳は毎日つきます》

平成30年6月29日 舞鶴市立倉梯第二小学校

## 〈7月給食目標〉

### “給食にふさわしい服装をしよう”

白衣のボタンは、はずれていませんか？マスクで鼻、口が隠れていますか？髪の毛が帽子から出ていませんか？きちんとした服装で給食の準備をしましょう。

## 【今月の地場産物】

10日(火)・トビウオのフライ

・かぼちゃのみそ汁に  
まいづるわかめが入っています。



## 〈なかよし

産直さんから〉

- ・たまねぎ・きゅうり
- ・じゃがいも・ニンニク
- ・万願寺甘とう

月曜日 (麦ごはんの日)	火曜日 (ごはんの日)	水曜日 (規格パンの日)	木曜日 (味付けごはんの日)	金曜日 (加工パンの日)
2日	3日	4日	5日	6日
むぎごはん しろみざかなの マスタードやき そくせきづけ とうふのみそしる	ぶたキムチどん みそワントンスープ れいとうみかん	きなこあげパン ごまあえ かきたまじる	とりめし だいずと にほしのあげに すましじる	こくとうパン タンドリーチキン もやしいため ミネストローネ   金曜日はカレーの日 ミネストローネに、 ほしがたこめこ 星形の米粉マカロニが入っているよ
9日	10日	11日	12日	13日
むぎごはん ぶたにくじゃが こまつなごまあえ あじつかけのり	ごはん トビウオの まんがんじソースかけ さばかだいこんと きゅうりの ピリからあえ かぼちゃのみそしる	こがたパン やきそば パキパキきゅうり ゆでとうもろこし	チキンライス じゃがいもの チーズに たまごスープ	こくさんこむぎパン カレーミートサンド やさいスープ   金曜日はカレーの日
10日(火)の給食は、 京都府産の牛乳、その 他の食材は、全部舞鶴 産を使用しています。	10日(火)の給食は、 《まるごと京都の日》  	とうもろこしは、皮をむいてすく に茹でると、プリプリとしておいし く食べられます。今年も4年生に皮 むきをしてもらいます。	<h2>〈万願寺甘とう〉</h2> <p>西舞鶴の万願寺地域で栽培されていたもの で舞鶴生まれの京野菜です。ビタミンAやビ タミンCが多く含まれ、夏場のビタミン補給 に最適です。果肉は大きくて分厚くやわらか く甘味があり、種が少なく食べやすいことが 特徴です。その大きさから「<b>とうがらしの王</b> 様」とも呼ばれています。</p>	
16日(月) 海の日	17日	18日		
	ごはん なつやさいカレー フルーツパンチ	しょくパン チリコンカン コンソメスープ ツインソース (イチゴとオレンジ) クレープ		

## 〈佐波賀だいこん〉 舞鶴の特産物で「京の伝統野菜」です。

水分が少なく、固めで身が引き締まっていることから、おろしにしても水っぽくなりやすく、煮崩れしにくいのです。また、葉もおいしいので今年は、舞鶴の漬物屋さんにピリ辛炒めにしてもらったものを胡瓜と和えています。



イメージキャラクター

「あまとくん」

