2024年7月分　学校給食献立表

交野市教育委員会
交野市立学校給食センター　TEL072-891-0098

月	火	水	木	金

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
学校給食摂取基準(8～9才)	650	エネルギーの13～20%	エネルギーの20～30%	350	50	3	200	0.40	0.40	25	4.5以上	2.0未満
7月分平均栄養量	594	24.1 (16.2%)	19.5 (29.5%)	297	77	2.8	174	0.51	0.53	23	4.9	2.2

◆おはしは、家から持ってきてください。
◆食事の前には、手をきれいに洗いましょう。
◆パンの種類および使用食品は、都合により変更することがあります。
◆5日(金)の七夕ゼリーは、業者が直接学校へ配送します。
◆給食の食材につきましては、納品業者等と連携し、安全性に考慮し提供しています。
◆お米につきましては、現在、京都産ヒノヒカリを使用しています。
◆野菜等につきましては、地場産の野菜を優先的に使用していますが、産地をすべて確認し安全な食材の提供につとめています。
◆牛肉については、現在個体識別番号を確認し、安全な牛肉を使用しています。
◆5日(金)の七夕汁の☆印は、ラッキーにんじんが入る日を表しています。

献立表のアレルギー表示について

・使用材料の左側に、「卵(魚卵は含まない)・乳・小麦・えび」のいずれかが使用されている場合には、その旨を表記しています。

・海産物、海産加工品は、えび・かにが生息する域で採取している場合があります。また、えび・かにを捕食している場合があります。

・米粉パンには小麦由来の成分が入っています。

・10日(水)　は、アレルギー対応食を表しています。

・食物アレルギー等の健康上の理由により、加工品の詳しい内容をお知りになりたい方は、学校を通じて「学校給食加工食品配合表等配布申請書」を給食センターへ提出してください。

～ 給食費の口座振替が始まります ～

７月２９日(月)より、令和６年度の給食費の口座振替が始まります。７月～翌３月までの９回に分けて徴収いたします。

必ず前日までに、口座の残高確認をお願いいたします。

令和６年度　口座振替スケジュール									
期(回)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
振替日	7/29(月)	8/27(火)	9/27(金)	10/28(月)	11/27(水)	12/27(金)	1/27(月)	2/27(木)	3/27(木)

★ 重要 ★

夏至と半夏生

「夏至」は、一年でもっとも日が出ている時間が長い日のことです。今年は6月21日になります。

「半夏生」は、夏至から数えて11日目にあたる日のことで、今年は7月1日になります。

昔は、夏至から半夏生までに田植えを終えるのが目安とされていました。

関西では、豊作を願って半夏生の日に「たこ」を食べる習慣があります。これは、作物がたこの足のように地面にしっかりと根を張ることを願う意味が込められています。

給食では、7月1日にたこめしが登場します。

7月7日　七夕

七夕は、ひこ星と織り姫の二人が7月7日の夜、年に一度だけ天の川をわたって会うことが許されたという伝説が始まりだと言われています。

この日は、願い事を書いた短冊などを笹にかざったり、七夕の行事食であるそうめんを食べたりします。給食では、魚のすり身から作られる「魚そうめん」が入った「七夕汁」が登場します。

7月5日の七夕こんだてには、様々な星型の食べ物が入っています。探してみてくださいね。

1日

(小麦)減量たこめし

野菜うどん	
とりにく	20
かまぼこ	5
かんそうわかめ	0.7
小麦 うどん	50
たまねぎ	20
はくさい	20
にんじん	5
こまつな	5
えのきたけ	5
さとう	0.2
しお	0.1
小麦 うすくちしょうゆ	5
けずりぶし	1.7
みず	100

ひじきの炒め煮	
ぶたにく	10
ひらてん	5
つきこんにゃく	5
にんじん	5
めひじき	2
おさけ	1
みりん	2
小麦 こいくちしょうゆ	2.3
さとう	1.8
なたねあぶら	0.2

(乳)牛乳　1本

2日

(小麦・乳)米粉パン

コーンスープ	
ベーコン	20
しろいんげんまめ	10
じゃがいも	25
たまねぎ	20
にんじん	5
パセリ	0.3
ホールコーン	10
クリームコーン	30
乳　ぎゅうにゅう	20
ポークブイヨン	10
こしょう	0.03
しお	0.3
でんぷん	1
みず	40

りんごジュース　1本

ナポリタン風炒め	
ぶたにく	20
たまねぎ	25
ピーマン	5
にんじん	5
マッシュルーム	5
こしょう	0.02
ウスターソース	0.5
トマトケチャップ	6
トマトピューレ	2
しお	0.05
なたねあぶら	0.2

3日

ご飯

夏野菜の豚汁	
ぶたにく	15
かぼちゃ	25
だいこん	20
モロヘイヤ	5
にんじん	5
ささがきごぼう	5
みょうが	5
みそ	10
けずりぶし	1.7
みず	100

(乳)牛乳　1本

さばのスタミナ焼き	
小麦 さばのスタミナやき (40g)	1コ

きゅうりのごま和え	
とりほぐしみ	5
きゅうり	25
かんそうわかめ	0.2
きりぼしだいこん	1.5
小麦 こいくちしょうゆ	0.8
さとう	0.8
す	0.8
しろいりごま	0.5
なたねあぶら	0.6

4日

(小麦・乳)コッペパン

ポトフ	
ミニウインナー	25
じゃがいも	25
だいこん	20
たまねぎ	25
キャベツ	30
にんじん	15
セロリ	1
ポークブイヨン	5
しろワイン	1
ローリエ	0.01
タイム	0.01
こしょう	0.03
しお	0.4
小麦 うすくちしょうゆ	0.8
みず	45

(乳)牛乳　1本

カレーペースト	
ぎゅうミンチ	20
きざみだいず	5
たまねぎ	20
にんじん	5
パセリ	0.5
カレーこ	0.3
こしょう	0.02
しお	0.1
トマトケチャップ	3
ウスターソース	1
でんぷん	0.5
みず	1

5日

ご飯

七夕汁☆	
とりにく	10
かたかまぼこ(ほし)	5
うおそうめん	7
オクラ	7
たまねぎ	25
とうがん	25
にんじん	10
小麦 うすくちしょうゆ	5
けずりぶし	1.7
みず	100

(乳)牛乳　1本

星型コロッケ	
小麦 ほしがたコロッケ (50g)	1コ
なたねあぶら	10

七夕ゼリー(32g)　1コ