

7月 こんだてひょう

大山崎町立第二大山崎小学校

★牛乳1本(200ml)が毎日つきます。 ◎マークは新メニューです。

日付	こ ん だ て め い	加リー (kcal) タンパク(g)	お も な ざ い り よ う			
			血やにくになる	力や熱のもとになる	体の調子をととのえる	
1 水	スープカレー ぎゅうにゅう キャベツのソテー	593 21.2	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	こめ おぎ こむぎこ あぶら じゃがいも	キャベツ にんじん たまねぎ マッシュルーム すりおろしりんご	
2 木	ごはん ぎゅうにゅう ◎とりにくのトマトみそソース もやしとツナのソテー たまごやさいスープ	602 25	ぎゅうにゅう とりにく ツナ ベーコン たまご	こめ オリーブあぶら さとう あぶら	たまねぎ ホールトマト にんにく にんじん もやし キャベツ セロリー	
3 金	えだまめごはん ぎゅうにゅう さかな(つばす)のたつたあげ ひじきのいために とうがんのそぼろじる	655 28	ぎゅうにゅう つばす ひじき あぶらあげ とりミンチ	こめ かたくりこ あぶら さとう	えだまめ にんじん しょうが ねぎ とうがん	
6 月	わかめごはん(おぎいり) ぎゅうにゅう きりぼしだいこんとじゃがいものにももの もやしのカレーソテー	570 18.5	ぎゅうにゅう たきこみわかめ ぶたにく	こめ おぎ じゃがいも こんにゃく あぶら さとう	きりぼしだいこん にんじん もやし	
7 火	【たなばたメニュー】 コッペパン ぎゅうにゅう ラタトゥイユグラタン こめこマカロニのスープ	608 22.9	ぎゅうにゅう ぶたにく ウィンナー チーズ ベーコン	パン オリーブあぶら じゃがいも こめこマカロニ あぶら	なす ズッキーニ たまねぎ ホールトマト にんにく パセリ キャベツ にんじん ホールコーン	
8 水	ごはん ぎゅうにゅう きびなごのチーズあげ ひじきのソテー みそしる(かぼちゃ)	598 21.3	ぎゅうにゅう きびなご たまご ひじき あぶらあげ こなチーズ	こめ こむぎこ あぶら さとう	にんじん ホールコーン ニラ かぼちゃ たまねぎ	
9 木	とりそぼろどん ぎゅうにゅう ぶたもやしいため すましじる	574 25.3	ぎゅうにゅう とりミンチ ぶたにく とうふ	こめ あぶら さとう	たまねぎ にんじん ほししいたけ しょうが もやし ニラ えのき ねぎ	
10 金	げんまいいりごはん ぎゅうにゅう まーぼーなす あおのりビーンズ	617 23.2	ぎゅうにゅう ぶたミンチ だいず あおのり	こめ げんまい あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ほししいたけ ニラ なす	
13 月	ごはん ぎゅうにゅう かしわのあまからに キャベツのツナいため みそしる(じゃがいも)	737 27	ぎゅうにゅう とりにく ツナ あぶらあげ	こめ かたくりこ あぶら さとう ごまあぶら ごま じゃがいも	しょうが キャベツ ニラ たまねぎ	
14 火	こがたコッペパン ぎゅうにゅう なつパスタ やさしいため	666 24.2	ぎゅうにゅう ベーコン ツナ	パン スパゲティ オリーブあぶら あぶら	たまねぎ なす ズッキーニ キャベツ ホールコーン ニラ ホールトマト にんじん もやし	
15 水	ごはん ぎゅうにゅう プルコギ サムゲタンスープ	652 21.9	ぎゅうにゅう ぎゅうにく とりにく	こめ マロニー さとう あぶら ごまあぶら ごま かたくりこ	にんじん たまねぎ ピーマン にんにく しょうが ねぎ	
16 木	ポークカレー ぎゅうにゅう きゅうりのしょうがいため	660 20.7	ぎゅうにゅう ぶたにく スキムミルク こなチーズ	こめ おぎ あぶら じゃがいも バター こむぎこ ごまあぶら さとう	たまねぎ にんじん にんにく しょうが セロリー きゅうり	

学校給食の主な食材の産地をお知らせします。
～7月の主な食材の産地は以下のとおりです。（資料提供（財）京都府学校給食会）

米

京都府産

豚肉

鹿児島・宮崎・愛知 他

鶏肉

宮崎・兵庫 他

牛肉

国産

卵

京都

牛乳

京都府産

つばす

岩手

きびなご

長崎

ポークウィンナー

千葉・群馬 他

ベーコン

愛媛・九州 他

じゃがいも

長崎 他

かぼちゃ

長崎 他

人参

石川 他

パセリ

長野 他

土生姜

高知

にんにく

青森

セロリー

長野 他

ニラ

高知

ズッキーニ

京都 他

冬瓜

岡山 他

ねぎ

京都 他

キャベツ

滋賀 他

きゅうり

京都 他

むき枝豆

北海道

夏野菜をたくさん食べよう！

