



7月のこんだてひょう

京丹後市立大宮南小学校

月	火	水	木	金
3日	4日	5日	6日	7日
はんげしょう 半夏生	・ごはん ・鶏肉のアップルジン ジャーソース ・海そうサラダ ・五目スープ ・牛乳	せかいりょうり 世界の料理・フランス	・ごはん ・ちくわの変わりあげ ・豚肉とピーマンの いため物 ・なすのみそ汁 ・牛乳	たなばた 七夕
10日	11日	12日	13日	14日
・ごはん ・夏野菜のかきあげ ・キャベツと油あげの 煮びたし ・豚肉とレタスのみそ汁 ・牛乳	・ごはん ・たらとラトウイユの オープン焼き ・きゅうりの レモンサラダ ・コンソメスープ ・牛乳	・キムタクごはん (特別栽培米) ・いためビーフン ・肉団子スープ ・冷凍みかん ・牛乳	・ごはん (特別栽培米) ・サモサ風春巻き ・トマトときゅうりの 甘酢あえ ・かきたま汁 ・牛乳	・ごはん (特別栽培米) ・マーボーなす ・切干大根の 中華いため ・とうもろこし ・牛乳
17日	18日	19日	20日	21日～
うみひ 海の日	はひ 歯の日	たんごしょくひ たんご・食の日	しゅうぎょうしき 終業式	なつやす 夏休み
	・麦ごはん (特別栽培米) ・ささみのフライ ・無限きゅうり ・切干大根のスープ ・牛乳	・夏野菜カレー (特別栽培米) ・トマトのマリネ ・スイカもしくはメロン (お楽しみに☆) ・牛乳	・わかめごはん ・なすとトマトの スパゲティ ・コーンソテー ・プリン ・牛乳	

7月5日【世界の料理・フランス】

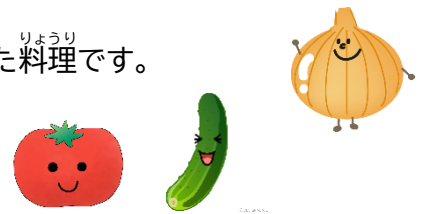
「トビウオのラビゴットソース」は、トビウオのからあげにさっぱりとしたラビゴットソースをかけた料理です。

「ラビゴット」とはフランス語で「元気を出させる」といった意味の言葉ですが、

酸味の効いたさっぱりとした味でまさに元気が出そうな料理ですね。

ラビゴットソースにはトマト、きゅうり、玉ねぎといった旬の野菜を使い、色合いもきれいです。

「ポテトリヨネーズ」は、玉ねぎを使ったじゃがいも料理です。フランスのリヨン地方は玉ねぎの産地として知られており、玉ねぎをたっぷり使ったじゃがいも料理なので「リヨン風ポテト」という意味で「ポテトリヨネーズ」と呼ばれます。



7月7日【七夕】

七夕献立として、「七夕そうめん」と「天の川ゼリー」ができます。

七夕そうめんは、そうめんを天の川に、おくらを星に見立て、かまぼこや干しいたけの短冊も浮かべます。



都合により、献立を変更することがあります。