



7月 給食献立表



令和8年度

港区立小中一貫教育校赤坂学園西校舎

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
		1日(小B時程・中45分)	2日(小B時程)	3日(小B時程)
 <p>【7月平均栄養素摂取量等 高学年】 エネルギー:776kcal たんぱく質:33.3g</p> <p>【7月平均栄養素摂取量等 中学生】 エネルギー:817kcal たんぱく質:35.0g</p>	<p>【国際理解給食:アルゼンチン】 ソフトフランスパン ミラネッサナポリターナ マッシュポテト ロクロ 牛乳</p> 	<p>【誕生日給食】 鮭ときのこの 豆乳クリームスパゲティー じゃこわかめサラダ 誕生日プリン 牛乳</p> 	<p>【食育推進事業・郷土料理給食:愛知県】 ひつまぶし 手羽先甘辛揚げ 冬瓜入り赤だし 冷凍みかん 牛乳</p> 	
<p>↑赤坂学園のホームページに給食の情報をアップしています。</p>	<p>ワールドカップ前回大会で優勝したアルゼンチンの料理になります。 アルゼンチンは牛肉の消費量が世界第一位です。ミラネッサナポリターナは、牛肉で作ったカツレツにチーズとトマトソースをかけて焼いた料理です。給食では、ソフトフランスパンにはさんで食べます。</p>	<p>今月の誕生日デザートは、手作りしたプリンの上にカットした白桃缶をのせます。 白桃は、6月～9月が旬の果物です。 豆乳クリームスパゲティーは、米粉を使つてとろみをつけます。港区では、米粉使用を推進しています。</p>	<p>「ひつまぶし」はうなぎのかば焼きを細かく刻んでご飯に混ぜた愛知県名古屋市の郷土料理です。 「赤だし」は愛知県を中心に東海地方で好んで飲まれている、豆みそを使ったおみそ汁のことです。今回は、旬の食材である冬瓜を入れた赤だしにしました。</p>	
6日(小B時程)	7日	8日(小B時程)	9日	10日
<p>【リクエスト給食】 パエリア スペイン風オムレツ ABCスープ ミルクコーヒゼリー 牛乳</p> 	<p>【食育推進事業・行事食:七夕】 七夕ちらし寿司 きびなごの米粉焼き 天の川すまし汁 ゼリー入りフルーツポンチ 牛乳</p> 	<p>【郷土料理給食:宮崎県】 ご飯 チキン南蛮 冷や汁 きゅうりともやしのピリ辛和え 牛乳</p> 	<p>【赤坂ベーカリー】 手作りブルーベリージャムロールパン ビーフシチュー 特別栽培農産物:メロン 牛乳</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> 西校舎 給食試食会 </div> 	<p>【旬の食材を味わう給食】 チンジャオロース丼 わかめ卵スープ 2年生がむいたとうもろこし 牛乳</p> 
<p>パエリアはスペインで誕生した料理です。米と魚介類、野菜をあわせて炊飯して作る料理です。 ABCスープ、ミルクコーヒゼリーは、リクエスト給食です。</p>	<p>五節句のひとつ、七夕の行事食給食です。織物が上達するようにそうめんを食べる文化があります。汁物にそうめんが入っています。 フルーツポンチには、星型にしたゼリーとすいかを入れます。</p>	<p>宮崎県の郷土料理給食です。 冷や汁は宮崎県の農家の昼ご飯として誕生した料理です。給食では麦みそのみそ汁を作り、冷やし汁にし、ご飯にかけて食べます。</p>	<p>今月の赤坂ベーカリーは、豆乳を使った生地にブルーベリージャムをぬって焼いたロールパンです。赤坂ベーカリーのパンに使う強力粉は「春よ恋」という品種です。 メロンは、特別栽培農産物です。港区では、有機栽培農産物や特別栽培農産物について公費補助があります。</p>	<p>東京都清瀬市で栽培されたとうもろこしを2年生が生活科の時間に皮むきしてくれたものを提供します。 甘みが強いとうもろこしです。味わって食べてください。</p>
13日(小B時程)	14日(小B時程)	15日(小B時程)	16日(小B時程)	17日(小B時程・中45分)
<p>【リクエスト給食】 じゃこわかめご飯 肉じゃが やさしいごまみそ和え さくらんぼ 牛乳</p> 	<p>【リクエスト給食】 ご飯 あさりとのりの佃煮 ほっけの塩焼き きんぴらごぼう 豚汁 あずき白玉団子 牛乳</p> 	<p>【リクエスト給食・セレクト給食】 手作りナン 夏野菜入りバターチキンカレー ひよこ豆のサラダ セレクトゼリー (レモンスカッシュゼリー又はつぶつぶみかんゼリー) 乳酸菌飲料</p> 	<p>【旬の食材を味わう給食・リクエスト給食】 ご飯 竜田揚げ盛り合わせ(あじ・くじら) 野菜のおひたし 卵とトマトのみそ汁 牛乳</p>  	<p>【リクエスト給食・食比べ給食】 喜多方風ラーメン パリパリサラダ すいか食比べ 牛乳</p> 
<p>さくらんぼの品種は、紅秀峰です。晩生種で、左藤錦の後に収穫が始まります。収穫量日本第一位の山形県では、6月下旬から7月下旬が収穫時期です。粒が大きく、甘味が強いのが特徴です。 肉じゃがはリクエスト給食です。</p>	<p>北海道で漁獲されるほっけは「真ほっけ」と「しまほっけ」の2種類があります。旬は春から夏で5月から7月にかけて漁獲されるほっけは、あぶらがのったほっけといわれています。 きんぴらごぼうはリクエスト給食です。</p>	<p>リクエスト給食のバターチキンカレーに夏野菜のなす、ズッキーニ、かぼちゃが入れられました。 ナンは、赤坂ベーカリー特別編として手作ります。 今回のセレクトは、ゼリー2種類からどちらかを事前選びます。</p>	<p>あじは夏に旬を迎える魚です。あじに下味とでん粉をつけて竜田揚げにします。あじは漢字では鰯と書きます。これは味がよくて参ってしまう、旧暦の3月が旬であったからなどの説があります。 くじらの竜田揚げは、リクエスト給食です。</p>	<p>1学期最後の給食です。 喜多方風ラーメンとパリパリサラダは、リクエスト給食です。 パリパリサラダは、ワンタンの皮を短冊に切って素揚げしています。 すいかは、赤色と黄色を食比べします。</p>
<p>「食育推進事業の献立」についてのお知らせ 食文化の経験・豊かな味覚の形成・食材に対する知識や感謝の気持ち・食の安全に関する理解など、児童の豊かな人間性を育むことを目的に、港区では食育推進献立の食材費の公費補助が行われています。 1、7月3日(金)郷土料理給食:愛知県 2、7月7日(火)行事食:七夕</p>		<p>★7月の給食目標★ 7月の給食目標は「はしを正しく使おう」です。 はしは正しく持っていますか？ 食べている時に食器の上にはしを置くことは「渡りばし」といい、マナー違反です。 はしの持ち方、正しい使い方を意識しましょう。</p> 		<p>☆お知らせ☆ ・7月6日(月)～7月10日(金) 9年生修学旅行のため給食ありません。 ・7月13日(月)～7月15日(水) 6年生移動教室のため給食ありません。 ・1学期の給食は7月17日(金)終了です。 ・2学期の給食は9月1日(火)開始です。</p>