

令和3年
7月 献立表

新型コロナウイルス感染症に関する緊急経済対策の一環として、兵庫県産農畜水産物を学校給食に提供していただきます。9日：焼きのり 12日：赤えい



養給 父食 市セ 学ン 校ター

月	火	水	木	金
6/28 <u>ハッピーマンデー</u> ごはん 牛乳 さわらのみそパン粉焼き ゆばサラダ ミネストローネ	29 ごはん 牛乳 カップエッグ かぼちゃサラダ キャベツのみそ汁	30 ごはん 牛乳 手作り春巻き いんげんのアーモンド和え 和風キムチスープ	7/1 麦ごはん 牛乳 マーボー茄子 海藻サラダ ティーダパイ	2 <u>七夕献立</u> かおりごはん 牛乳 お星さまコロッケ きんぴらごぼう 冷やしそうめん汁 ももゼリー
5 ごはん 牛乳 さばのみりん干し おかか和え かぼちゃのみそ汁	6 ごはん 牛乳 ささみのしそ巻き揚げ 人参ラペ 豆乳スープ	7 <u>やっぷーメニュー</u> ごはん 牛乳 <u>たまねぎのミートグラタン</u> 轟大根の甘酢あえ もずくスープ	8 <u>かむかむデー</u> ごはん 牛乳 とび魚のから揚げ ピーマンの昆布和え 冬瓜のカレー煮	9 麦ごはん 牛乳 いかのねぎ塩焼き なすのみそ炒め モロヘイヤスープ 焼きのり
12 ごはん 牛乳 <u>県産赤えいの甘酢あんかけ</u> ちりめんキャベツ けんちん汁	13 ごはん 牛乳 蒸し鶏のごまだれ ビーフン炒め 小松菜のみそ汁	14 麦ごはん 牛乳 夏野菜カレー 海と畑のサラダ 養父市産とうもろこし	15 ごはん 牛乳 魚の朝倉山椒マヨ焼き ごま酢和え 豚汁	16 <u>野菜で朝ごはんプラス1メニュー</u> 鶏そぼろごはん 牛乳 ちくわのいそべ揚げ <u>簡単トマトもいもいサラダ</u> 豆腐のすまし汁 ヨーグルト

19 <u>大屋小川フェスタ献立</u> わかめごはん 牛乳 大屋たまねぎコロッケ キャベツの梅風味 みそワタンスープ アセロラゼリー	20 夏野菜スパゲッティ 牛乳 とり肉のレモン焼き ツナサラダ すいか白玉
---	--

***たまねぎのミートグラタン* (4人分)**

今月の「やっぷーメニュー」
養父市でとれた「玉ねぎ」を使います!

〈材料〉

合挽ミンチ	80g
にんにく	1かけ
塩こしょう	少々
炒め油	大さじ1
玉ねぎ	160g
スッキーニ	50g
にんじん	30g
しめじ	25g
マカロニ	25g
砂糖	小さじ1強
コンソメ	ひとつまみ
ケチャップ	大さじ2.5
ウスターソース	小さじ1
とんかつソース	小さじ1
ミックスチーズ	40g

〈作り方〉

- 野菜を切る（玉ねぎは2cm角、ズッキーニは1cm角、にんじんは4mmちょう切り、しめじは手でほぐす）
- マカロニをゆでる。
- フライパンに油をひき、合挽ミンチ、玉ねぎ、ズッキーニ、しめじ、にんじんを炒め、Aで調味する。
- マカロニを加え、全体に火が通ったら、耐熱皿に入れて、チーズをのせる。（厚手のホイルカップでもOK）
- 焼き目がつくまでオープンで焼く。

※味は調整してください。

(材料の都合で献立を変更することがあります)
6月分学校給食費の口座振替は7月5日、再振替は26日です。残高のご確認よろしくお願ひします。