

7月1日(木)

うみびら やまびら
海開き山開き



きょうのひとくちメモ

うみびら やまびら
海開き山開き...

本日7月1日は、富士山の山開きの日です。登山において、事故がなく安全に登れるようにと神様にお祈りをします。

この山開きにもなって、海開きを7月1日に行うところも多いです。海水浴でも、事故がなく安全に泳ぐことができるように神様にお祈りをします。

山登りや海水浴、プールなど、夏を満喫できる楽しみが増えますが、ルールを守り、みんなが楽しめるような行動を心がけてください。



7月2日(金)

とうきょう

東京メニュー

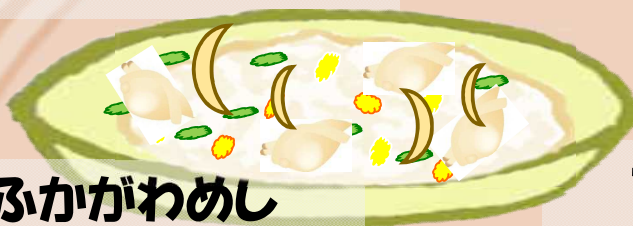
はんげしょう

半夏生

マカロニ
あべかわ



ふかがわめし



ちゃんこなべふうしる



きょうのひとくちメモ

オリンピック...

いま 2800 ねんまえ こだい 年 前の古代ギリシャのオリンピックちほう ちほう おこな 地方で行われていた『オリンピックさいてんきやうぎ さいてんきやうぎ はじ はじ 祭典競技』が始まりとされています。7月 23 日にち がつ か 23 日から8月8 とうきやうなど ひら 日に東京等で開かれます。そこで、こうやうち い きがっこう 晃陽地域学校園で、7 月の がつ まいしゅうきんようび こんだて 毎週金曜日の献立を、 とうきやう 東京オリンピック ousen こんだて 応援献立にしました！

東京発祥の献立...



ふかがわ とうきやう ふかがわ 深川めしは東京の深川で、ちゃんこなべ なる とうきやう すみ だく 東京の墨田区にある出羽海部屋で、つく 作りだされたとされています。 とうきやうはっしょう こんだて 東京発祥のおいしい献立に触れながら、 とうきやう 東京オリンピックを ousen 応援しましょう！



7 月 5 日 (月)



きょうのひとくちメモ



シイラ・・・

ぜんせかい あたた うみ かいゆうぎょ
全世界の暖かい海にいる回遊魚
で、2m以上 に達する

こともある大型肉食魚です。オスは成長すると、頭の部分が大きく膨らんでくるので「鬼頭魚」と呼ばれることもあります。
身は、スズキ目なので、淡白な白身で食べやすいです。

今日の給食では、シイラに片栗粉をまぶしてから揚げたものに、酢・砂糖・しょう油・七味を入れたマリネ液で漬け込みました。夏の暑さにも負けない一品です！！



7 月 6 日 (火)

ゴーヤチャンプルー

むぎいごはん

といにくの
からあげ

くきわかめのスープ



きょうのひとくちメモ



ゴーヤ...

にがうりともよ呼ばれるゴーヤは、特有のにが苦みをもつやさい野菜です。このにが苦みがなつバテ予防やからだによい成分であるとされ、1990年代に沖縄から全国に広まりました。

ゴーヤのにが苦みをにがて苦手とする人も多いですが、食べ慣れてくると「おとなあじ」として、癖になる人も多いです。

今日のきょう給食では、ゴーヤの下処理（真ん中のまなかの白いわたを取り、薄くスライスし、塩でもみ、水洗いした後、茹でる）してから、他の野菜と炒めました。ゴーヤのにが苦みを抑えて、子どもでもおいしく食べられるゴーヤチャンプルーに仕上げました。校長室前でも、ゴーヤをそだ育てています！見に行ってみてください。

7月7日(水)

たなばたこんだて
七夕献立

てづくりあまのがわゼリー



たなばたちらしずし

たなばたじる

きょうのひとくちメモ

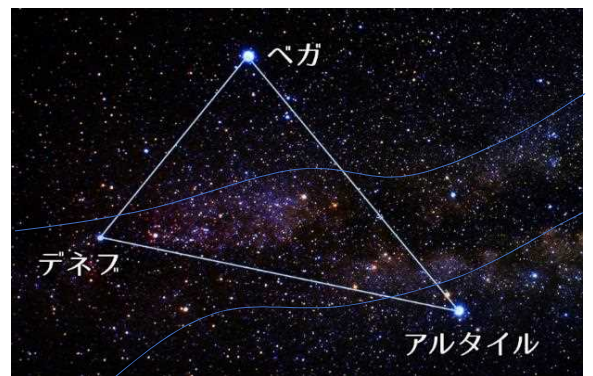
た な ば た
七夕...

今夜は、^{あま}天の川をみられるでしょうか。

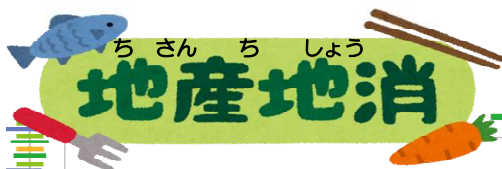
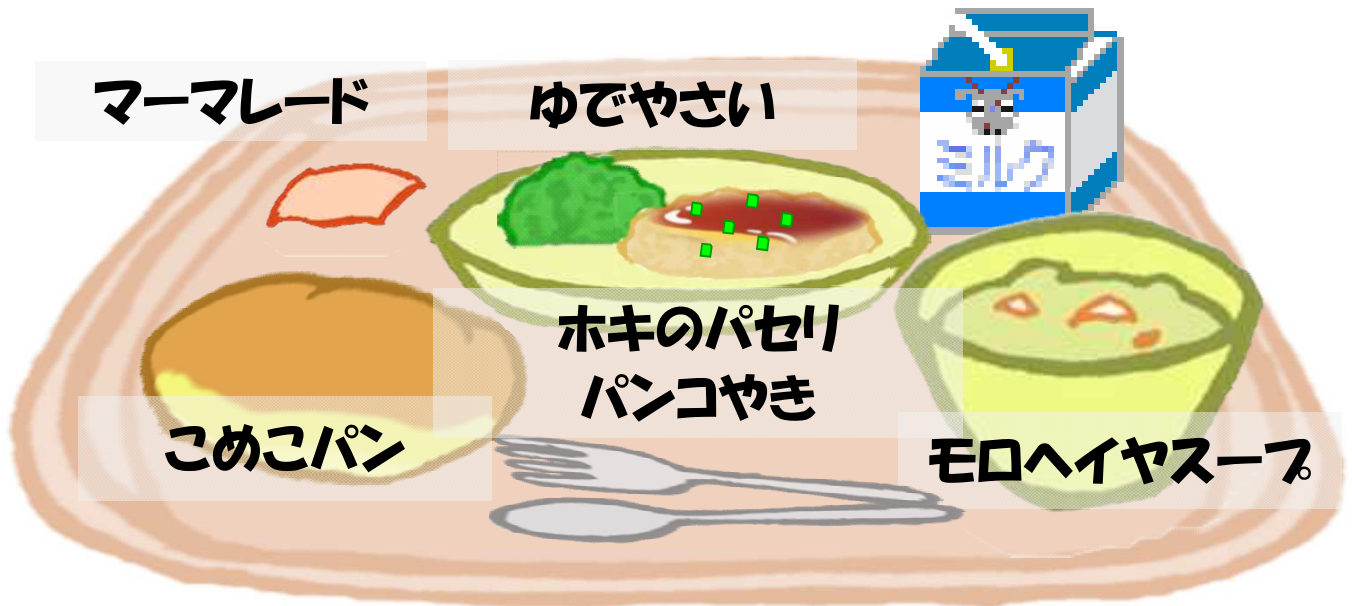
^{たなばた}七夕献立なので、^{ほし}星をあちこちに^ち散りばめてみました。^{ほし}星がいくつ入っているか、^{たの}楽しみながら^た食べてみましょう。

さて、七夕は、^{たなばた}本来^{ほんらい}中国^{ちゅうごく}から^{つた}伝わった^{ぎょうじ}行事と^{にほん}日本に^{こらい}古来からある^{しんこう}信仰が^あ合わさり、^{なら}奈良時代より^な7月7日に^{あき}秋の^{しゅうかく}収穫と^{なら}習い事^{ごと}の上達^{じょうたつ}を^{ねが}願う^{ぎょうじ}行事として^{おこな}行われてきました。

^{ひがし}東の^{そら}空に、^{なつ}夏の^{だいさんかく}大三角といわれる
ベガ（^{おりひめ}織姫）・デネブ・
アルタイル（^{ひこぼし}彦星）という^{ほし}星が
^み見えます。



7月8日(木)



きょう とくじらまち しょうざい
今日の徳次郎町の食材

こめこパン

きょうのひとくちメモ



モロヘイヤ...

葉の元に毛のような形をしたものが
ついている緑黄色野菜です。栄養価が
とても高く「野菜の王様」といわれま
す。熱を加えたり、刻んだりすると、
含まれているムチンにより粘りがで
きます。

夏が旬の野菜ですので、暑い時期の
栄養補給にはとてもおすすめの食材で
す。

7月9日(金)

とうきょう
東京メニュー

ミニプリン



おんやさいサラダ



チキンライス

デミハンバーグ

かくぎい
やさいスープ

きょうのひとくちメモ

お子様ランチ...

1930年（昭和5年）12月1日に、東京府東京市日本橋にあった三越デパートの食堂部主任であった安藤太郎が数種類の人気メニューを揃えた子供用定食を考案し発売したのが、お子様ランチの始まりとされています。

今日の給食では、プレートにはしていませんが、お子様ランチの定番を揃えてみました。



こちらが、東京の三越デパートのお子様ランチです。