



7月給食紹介

★月に一度、芝山小学校の給食を紹介します！★



7/4(金)

- ・タコライス
- ・もずくスープ
- ・ヨーグルトかん
- ・牛乳



メキシコ発祥のタコスを日本風にアレンジしたタコライスが出ました！タコライスは沖縄発祥の料理です。給食のタコライスは、にんにく、豚ひき肉、玉ねぎ、ピーマン、ひよこまめ、トマト缶がみじん切りになって入っています。
ご飯の上にはキャベツも乗るので、より本格的なタコライスとなっています！



7/7(月)

- ・セタちらし寿司
- ・そうめん汁
- ・フルーツポンチ
- ・牛乳

セタをお祝いするセタメニューが出ました。
セタちらし寿司には星形のにんじんが、そうめん汁には星形のかまぼこが入っています。オクラも星に見えますよね😊
セタにそうめんを食べるのは、秋の豊作を願って、神に捧げる着物を折るときに使用する糸がそうめんに似ていることからきていると言われています。
セタ紹介のメモも各クラスに配布しました。



7/8(火)

- ・ジャンバラヤ
- ・鮭のムニエル
- ・パスタスープ
- ・牛乳



ジャンバラヤは米を使用したアメリカの郷土料理で、肉や野菜、魚介類と一緒に炊き込んだピリ辛の炊き込みご飯です。
給食では子どもたちが食べやすいようにカレー粉のみを使用していますが、本場のジャンバラヤは様々な種類の香辛料が使われているため、とてもスパイシーな味わいとなっています。





7/9(水)

- ・豚丼
- ・わかめスープ
- ・きのこサラダ
- ・牛乳

この日のサラダはきのこをたくさん使用したきのこサラダを出しました。きのこは独特な食感や風味から、子どもたちから倦厭されがちですが、このきのこサラダはよく食べていました！

中にはえのきたけ、しめじ、こしょう、キャベツ、にんじんが入っています。味つけは、ごま油、サラダ油、米酢、こいくち醤油です。ぜひご家庭でも作ってみてください！



7/11(金)

- ・酢豚
- ・春雨スープ
- ・メロン
- ・牛乳



酢豚は中国の広東地方の「古老肉(クーラオロウ)」という料理がルーツだと言われています。

酢豚は甘酸っぱく、お肉もゴロゴロ入っているので、ご飯が進む一品です。野菜がたくさん入っているので、美味しいながらも手軽に野菜を摂取できる万能な料理となっています！



7/14(月)

- ・とうもろこしご飯
- ・トックのスープ
- ・焼きししゃも
- ・牛乳

韓国料理のトックのスープが出ました！

トックとは、日本特有の伸びる餅とは違い、歯切れの良さが特徴の餅です。この食感の違いは日本がもち米を、トックがうるち米を使用していることから来ています。

煮崩れしにくいので、スープや鍋に入れて食べることが多いそうです。スーパーなどにも売っているので、ぜひ食べてみてください！

