

7月4日

- 手巻き寿司  
(卵、きゅうり、ツナ)
- めった汁
- 牛乳



今日は、自分で具を巻いて食べる手巻き寿司です。のりは6枚あります。1年生も上手に巻いて食べていましたよ。一年に数回の手巻き寿司ですが、毎回同じ具とは限りません。次の手巻き寿司を楽しみにしてくださいね。

7月5日

- ごはん
- 星のハンバーグ
- アーモンドサラダ
- 天の川すまし汁
- セタゼリー
- 牛乳



今日は、七夕の献立です。いろいろな所に七夕をイメージした形の食べ物がありましたね。

すまし汁に入っているそうめんも、そのひとつです。天の川や、織姫が織る糸に見立てています。

中国では、七夕にそうめんを食べると健康で過ごせるという言い伝えがあるそうですよ。



7月9日

- ごはん
- のりふりかけ
- 源氏豆
- 柳川風煮
- 果物 (すいか)
- 牛乳



給食の人気メニューの一つが「源氏豆」です。前日からゆっくり戻した大豆に片栗粉を付けて、カリッと揚げたものに、甘辛いタレをからめます。しっかり噛むと、大豆の美味しさが分かりますね。果物には「金沢そだち」にも認定されている五郎島産の小玉すいかを使用しました。

7月17日

- ごはん
- 納豆ふりかけ
- れんこんサンドフライ
- 干瓢とひじきの炒め煮
- するめ入りつくばのぬっぺ汁
- 牛乳



今日は、オリンピックの開催県の味めぐり「食べるンピック献立」です。今月は茨城県です。茨城県といえば「納豆」や「れんこん」が有名ですね。つくば市のぬっぺ汁はするめを入れるのが特徴です。イカのおいしい出汁が野菜にもしみ込んでいましたね。

7月19日

- 麦ごはん
- 夏野菜カレー
- ウィンナー
- ハッピーミルク寒天
- 牛乳



1学期しめくくりの献立は、みんなが大好きなカレーです。市販のルーが一切入っていない、給食室オリジナルカレーです。今月はかぼちゃや、ズッキーニ、パプリカなどの夏野菜もたっぷり入っていましたね。星形のゼリーが入ったフルーツカクテルは、給食の時間直前まで冷蔵庫で冷やしておきました。