

7月献立表

令和6年度



熊本工業高校定時制

| 日 | 曜 | 主食 | 牛乳 | おかず | カロリー | アレルギー |
|----|---|--------|----|-----------------------------|------|-------|
| 1 | 月 | ご飯 | | 焼魚ジャポネソースかけ、ごまあえ、味噌汁 | 664 | 乳 |
| 2 | 火 | ご飯 | | 麻婆茄子、春雨サラダ、スープ | 639 | 乳 |
| 3 | 水 | 丸パン | | セルフバーガー、マカロニサラダ、小松菜のスープ | 681 | 乳 |
| 4 | 木 | 麦ご飯 | | 白身魚のあんかけ、じゃこ豆サラダ、すまし汁 | 660 | 乳 |
| 5 | 金 | ちらし寿司 | | 星形コロッケ、魚そうめん汁、ゼリー | 684 | 乳 |
| 6 | 土 | | | | | |
| 7 | 日 | | | | | |
| 8 | 月 | 麦ご飯 | | 鶏レバーの南蛮漬け、サラダ、ビーフンスープ | 676 | 乳 |
| 9 | 火 | ピピンバ | | わかめスープ、フルーツミックス | 714 | 乳 |
| 10 | 水 | ココアパン | | ミートスパゲティ、プロッコリーサラダ | 776 | 乳 |
| 11 | 木 | 麦ご飯 | | ゴーヤチャンプルー、きゅうりの酢の物、味噌汁 | 722 | 乳 |
| 12 | 金 | ハヤシライス | | 切干大根のごまあえ、福神漬け | 797 | 乳 |
| 13 | 土 | | | | | |
| 14 | 日 | | | | | |
| 15 | 月 | 海の日 | | | | |
| 16 | 火 | ご飯 | | 煮込みハンバーグ、フライドポテト、ふわふわスープ | 841 | 乳 |
| 17 | 水 | 食パン | | ポークビーンズ、ゴーヤのツナサラダ | 625 | 乳 |
| 18 | 木 | 麦ご飯 | | 夏野菜のカレーライス、おくらとわかめの酢の物、ジュース | 710 | 乳 |
| 19 | 金 | ご飯 | | 魚の塩麴焼き、ゆかりあえ、カシワ汁（水俣の味）食育の日 | 821 | 乳 |
| 20 | 土 | | | ☆夏季休業☆ | | |
| 21 | 日 | | | | | |
| 22 | 月 | | | | | |
| 23 | 火 | | | | | |
| 24 | 水 | | | | | |
| 25 | 木 | | | | | |
| 26 | 金 | | | | | |
| 27 | 土 | | | | | |
| 28 | 日 | | | | | |
| 29 | 月 | | | | | |
| 30 | 火 | | | | | |
| 31 | 水 | | | | | |

☆都合により献立の一部を変更する場合があります。

たなばた ぎょうじしやく

七夕の行事食

そうめん

がつ か たなばた きせつ ふしめ こせつく ひと
 7月7日の七夕は、季節の節目となる「五節句」の一つで、
 ちゅうごく つた おりひめ ひこぼし でんせつ にほん たなばた
 中国から伝わった「織姫と彦星」の伝説と、日本の「棚機つ
 め でんせつ げんだい まつ おこな たなばた
 女」の伝説がもとになって、現代のようなお祭りが行われるようになりました。七夕
 には、天の川に見立てた「そうめん」を食べる風習がありますが、これは、そうめんの
 げんけい さくべい へいあんじたい たなばた ぎしき そな
 原型となった「索餅」が、平安時代に七夕の儀式でお供えされたことにちなみます。