

# 学校給食センター「ウィークリーレポート」

## 7月12日から7月19日までの給食献立

7月12日（月曜日）



- ご飯
- マーボーなす
- いかのフリッター
- きゅうりの昆布和え
- 牛乳

7月13日（火曜日）



- コッペパン
- ペペロンチーノ
- まめまめサラダ
- すいか
- 牛乳

7月14日（水曜日）



- ご飯
- 伊予國みそ汁
- 揚げ鶏のレモン和え
- チンゲンサイのおひたし
- みかんジュース
- 牛乳

7月15日（木曜日）



- コッペパン
- コーンスープ
- キムチいため
- フルーツカクテル
- 牛乳

7月16日（金曜日）



- 夏野菜カレーライス
- ナツツいりこ
- フレンチサラダ
- 牛乳

7月19日（月曜日）



- コーンピラフ
- たまごスープ
- チンジャオロースー
- セレクトデザート
- 牛乳

今月のおすすめメニューは

7月19日の「チンジャオロースー」です。



#### 材料（4人分）

牛肉・・・・・・・・・・・200グラム  
薄口しょうゆA・・・・・・・小さじ1杯  
おろししょうが・・・・・・・小さじ1杯

#### 作り方

1. 牛肉は5ミリメートルの細切りにし、薄口しょうゆAとおろししょうで下味をつけておく。
2. ピーマン・たけのこ・にんじんはそれぞれ2ミリメートル幅の千切りにする。

ピーマン・・・・・・・・・・・3個  
たけのこ（水煮）・・・・・・・90グラム  
にんじん・・・・・・・・・・・3分の1本

おろしにんにく・・・・・・・適量  
サラダ油・・・・・・・・・・・適量  
砂糖・・・・・・・・・・・大さじ1杯  
薄口しょうゆB・・・・・・・小さじ1杯  
塩・・・・・・・・・・・少々  
片栗粉・・・・・・・・・・・大さじ1杯  
水・・・・・・・・・・・大さじ1杯  
ごま油・・・・・・・・・・・小さじ2分の1杯

3. フライパンにサラダ油を入れて熱し、おろしにんにくと1を入れて肉の色が変わるまで炒める。
4. 3に2を加えて炒め、野菜に火が通ったら、砂糖・薄口しょうゆB・塩を加える。
5. 最後に水溶き片栗粉でとろみをつけ、ごま油を回し入れ、香りをつける。

### 給食調理での「あんなこと」「こんなこと」



大量のすいかが納品されました。

なんとその数、**63個！**

と、先週に引き続き書き出しを同じにしてみました。



3回洗浄したあと、皮の部分を取り除き、サイコロ状に切りました。

とてもみずみずしく、真っ赤に熟れたすいかでした。

切り終わったあとも、すいかの甘い匂いが調理場に漂っていました。

### 今週のつぶやき



1学期最後の給食はセレクトデザートがつきました。

セレクトデザートとは、5種類のデザートの中から児童・生徒それぞれが好きなものを選ぶもので、毎年1・2学期の給食最終日に実施しています。

5種類のデザートは子どもたちの好みやアレルギー対応などを考慮し、献立・物資委員会で選定していますが、新型コロナウイルス感染防止のため開催することができず、栄養教諭と管理栄養士が協議をして決定しました。

#### バックナンバー（過去のレポート）

[令和3年7月5日から7月9日 \(PDF : 647KB\)](#)

[令和3年6月28日から7月2日 \(PDF : 931KB\)](#)

[令和3年6月21日から6月25日 \(PDF : 661KB\)](#)

[令和3年6月14日から6月18日 \(PDF : 912KB\)](#)

[令和3年6月7日から6月11日 \(PDF : 667KB\)](#)

[令和3年5月31日から6月4日 \(PDF : 681KB\)](#)

[令和3年5月24日から5月28日 \(PDF : 915KB\)](#)

[令和3年5月17日から5月21日 \(PDF : 602KB\)](#)

[令和3年5月10日から5月14日 \(PDF : 640KB\)](#)

[令和3年5月3日から5月7日 \(PDF : 438KB\)](#)

[令和3年4月26日から4月30日 \(PDF : 748KB\)](#)

[令和3年4月19日から4月23日 \(PDF : 642KB\)](#)

[令和3年4月9日から4月16日 \(PDF : 620KB\)](#)

[ウィークリーレポート集](#)

#### 学校給食センターの情報はこちらから

[イラストをクリックすると該当のページを見ることができます。](#)



施設概要



食育の取組み



施設見学のご案内 食物アレルギー対応



食物アレルギー対応



おすすめメニュー  
レシピ集



給食献立表・  
給食センターだより



給食センター  
イメージソング



給食についての  
アンケート結果