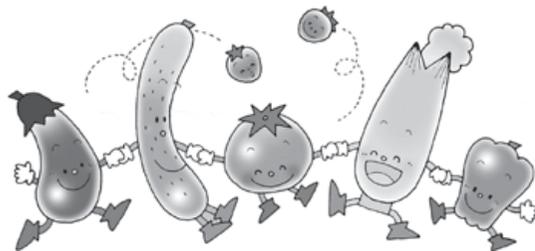


学校給食だよ

今月の給食予定人員
 幼稚園… 817人
 小学校… 2,473人
 中学校… 1,407人
 計 … 4,697人

発行
 赤穂市学校給食会
 赤穂市立学校給食センター
 TEL 48-7151・7252
 FAX 48-1540



給食費口座振替日 7月12日(月)
 再振替日 7月27日(火)
 【通帳残高を確認のうえ前日までに
 入金しておいて下さい。】

令和3年7月分学校給食献立表

日・曜	①日(木)	②日(金)	⑤日(月)	⑥日(火)	⑦日(水)	⑧日(木)	⑨日(金)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)
こ ん だ て	コッペパン ぎゅうにゅう ペンネのトマトソースに ほうれんそうオムレツ いちごジャム	わかめごはん ぎゅうにゅう みそしる しるみさかなのからあげ レモンソース ごぼうサラダ	ごはん ぎゅうにゅう とんじゃが さばのみそに ヨーグルトあえ	ごはん ◎のむヨーグルト(幼小) ぎゅうにゅう(中) ふたもやしスープ パリパリはるまき いとかんてんの ちゅうかサラダ ミルメーク(中)	しそごはん ぎゅうにゅう たなばたじる お☆さまハンバーグ ゆでブロッコリー ◎たなばたゼリー	こくとうパン ぎゅうにゅう もずくスープ マーマレードチキン とうもろこし	赤穂産デー ごはん ぎゅうにゅう なつやさいカレー だいずとちりめんじゃこの ごまからめ ◎あこうみかんゼリー	ごはん ぎゅうにゅう たまきじる とんかつ ゆでキャベツ かつめしのタレ	すしごはん ぎゅうにゅう まるまるキムチスープ キンパのぐ (やきにく ナムル てまきのり	ごはん ぎゅうにゅう シュクメルリ ぶりカツ ミニトマト とんかつソース	サンドパン ぎゅうにゅう やきそば かいそうサラダ スライスチーズ ◎れいとうパン かんきつドレッシング
ざ い り よ う	マカロニ・ふたミンチ にんにく・たまねぎ セロリ・トマト トマトかん・チキンピジョン ほうれんそうオムレツ	とうふ・あぶらあげ にんじん・わかめ ねぎ・みそ・けずりぶし アカエイのからあげ あぶら・レモンかじゅう ごぼう・にんじん ごま・わふうドレッシング	じゃがいも・ふたにく たまねぎ・にんじん グリーンピースいとこんにゃく しょうが・はなかつお まるてん・けずりぶし さばのみそに おうとうかん・パインかん みかんかん・くろめかん カクテルゼリー・ヨーグルト	ふたにく・もやし キャベツ・にんじん ねぎ・にんにく しょうが・はなかつお みそ・ごま・スープストック ごまあぶら はるまき・あぶら いとかんてん・ハム きゅうり・にんじん もやし・ごま・ごまあぶら	うおそうめん・にんじん オクラ・ゆば とうがん・みつば けずりぶし・こんぶ ☆ハンバーグ ブロッコリー	もずく・とうふ えのきだけ・ほししいたけ にんじん・ねぎ でんぷん・けずりぶし こんぶ とりにく・マーマレード でんぷん とうもろこし	あつあげ・たまねぎ にんじん・じゃがいも トマト・なす・ピーマン にんにく・のめ・にんにく チキンピジョン・カレールウ だいず・ちりめんじゃこ ごま・でんぷん・あぶら	こんにゃく・にんじん えのきだけ・ひらてん ごぼう・ねぎ あぶらあげ・しょうが ごまあぶら・けずりぶし でんぷん とんかつ・あぶら キャベツ	キムチ・はくさい えびボール・たまねぎ ほししいたけ・あじつみれ しろねぎ・みそ チキンピジョン ぎゅうにく・ごま やきにくのタレ コチジャン もやし・たくあん ほうれんそう・ごまあぶら	とりにく・たまねぎ じゃがいも・マッシュルーム にんじん・グリーンピース にんにく・とろけるチーズ ぎゅうにゅう・なまクリーム ホワイトルウ・チキンピジョン ぶりカツ・あぶら ミニトマト	そば・ふたにく たまねぎ・キャベツ ねぎ・にんじん ちくわ・あおのり べにしょうが はなかつお かいそう・きゅうり にんじん

日・曜	16日(金)	19日(月)
こ ん だ て	ごはん ぎゅうにゅう とんじる たこのからあげ えだまめ あじつけのり	たけのこごはん ぎゅうにゅう うどん ごもくまめいなり れいとうみかん
ざ い り よ う	ふたにく・ごぼう にんじん・だいこん こんにゃく・さといも あぶらあげ・ねぎ けずりぶし・みそ たこのからあげ・あぶら えだまめ	うどん・ぎゅうにく かまぼこ・にんじん ねぎ・けずりぶし こんぶ ごもくまめいなり けずりぶし れいとうみかん

かきん あこうさん
9日(金)赤穂産デー
 はやく早く給食
 食べたいな…
 あこう
 なつやさい
 赤穂でとれた夏野菜をふんだんに
 つか
 使ったカレーです。厚揚げの原料の
 だいず
 あこうさん
 大豆も赤穂産にこだわりました。
 たの
 お楽しみに！

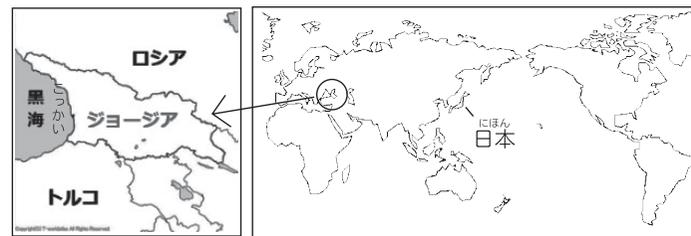
今月の赤穂産です

こめ みそ だいず あつあげ ちりめんじゃこ
 にんにく にんにくのめ じゃがいも(9日) たまねぎ(9日) にんじん(9日)
 トマト なす ピーマン みつば あこう
 みかんゼリー

かすい りょうり
14日(水)ジョージア料理
 あじ
「シュクメルリ」を味わおう！



「シュクメルリ」は、鶏肉をにんにくとチーズの入ったクリームソースで煮込んだジョージアの郷土料理です。にんにくをたくさん使うことから「世界一にんにくをおいしく食べられる料理」ともいわれています。給食では赤穂でとれたジャンボにんにくがたっぷり入っています。



<ジョージアってどんな国？>

めんせき
 面積：69,700km² (日本の約5分の1)
 じんこう
 人口：約400万人
 しゅと
 首都：トビリシ こうようご
 公用語：ジョージア語
 めいぶつ
 名物：ワイン、ヨーグルト
 スポーツ：レスリング、柔道が強い

○印は幼稚園の給食日です。

●●● 給食標語 「よるごはんおかあさんにぼくが言う、きゅうしょくカレーだよ。」 令和3年度 城西小2年 大川 碧斗 ●●●

裏面もごらん下さい。

保護者のみなさまへ

向夏の候、保護者のみなさまにはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

日頃より、学校給食にご理解とご協力をいただき心よりお礼申し上げます。

さて、令和2年度学校給食会計決算につきまして、去る6月7日開催の給食会理事会・学校給食センター運営審議会への承認、報告が終了しましたので、その内容をお知らせします。

令和2年度決算報告		令和2年度喫食数（給食数）	
収入総額	196,723,905 円	幼 稚 園	105,458 食
支出総額	194,976,561 円	小 学 校	427,583 食
差引額	1,747,344 円 (今年度へ繰越)	中 学 校	198,141 食
		赤穂特別支援学校	23,768 食
		計	754,950 食

収入の部

科 目	収入金額 (円)	備 考
給食費	191,646,541	保護者からの負担金 第3子以降給食費補助 夏季休業期間中の給食費補助
補助金	4,086,800	学校臨時休業対策費補助金 地産地消推進等の補助金
繰越金	906,164	前年（令和元年）度からの繰越金
雑収入	84,400	廃油売却代金
計	196,723,905	

支出の部

科 目	支出金額 (円)	備 考
原材料費	192,066,792	主食費・牛乳費・副食材料費
事務費	357,918	口座振替手数料
需用費	2,551,851	洗剤などの消耗品費・給食だよりの印刷費
計	194,976,561	

【特記事項】

- 令和2年度は緊急事態宣言による臨時休業並びに夏季休業期間中の振替授業などにも対応しながら、学校給食における飛沫感染防止に取り組みました。また、「牛乳パック」は給食センターで回収・処分しています。
- 神戸ビーフや鯛など兵庫県産の食材の提供を受けました。一方で、天候不順やコロナ禍により農作物を中心に食材の価格が大きく変動しました。



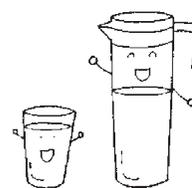
夏バテしていませんか？

夏の暑さが関係して起こる体調不良のことを夏バテといいます。食欲が落ちたり、体がだるくなったり、やる気が出なくなったりします。もうすぐみなさんが楽しみにしている夏休みです。夏バテを予防して、元気に夏休みをむかえましょう。



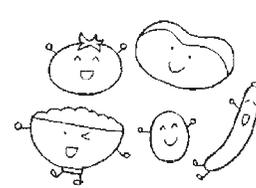
夏バテ予防のポイント

こまめに水分補給をしよう



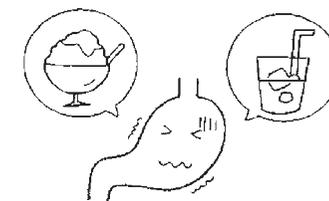
ふだんは水や麦茶を、汗をたくさんかく時はスポーツドリンクなどで塩分もいっしょにとりましょう。

バランスのよい食事をとろう



食べやすいめん類などばかり食べていると栄養がたよります。バランスよくいろいろ食べましょう。

冷たいものはほどほどに



冷たいものをとりすぎると胃腸が弱って食欲が落ちてしまいます。温かいものもとりましょう。

かんたん！おやつレシピ

フルーツヨーグルトパフェ



ヨーグルトを水切りすると、クリームのようななめらかな口当たりになります。楽しく盛り付けて、おいしいパフェを作ってください。



ざいりょう ふたりぶん 材料（2人分）

ヨーグルト	200 g
果物の缶詰（みかん、もも、パイナップルなど）	適量
バナナ、キウイフルーツなど	適量
クッキー	2枚

（コーンフレークでもおいしいです）

つくり方

- ①ボウルにザルをのせてキッチンペーパーをしく。ヨーグルトを入れてラップをかけ、冷蔵庫に5～6時間おいて水を切る。
- ②果物は食べやすい大きさに切る。クッキーは細かくくだく。
- ③器にヨーグルト、果物、クッキーを盛り付けたら完成。