

【6年生登校：6年担任の先生へ】
6年生は、量・内容の調整をしているので、この図のとおりではありません。小学校へ送付している6年生登校用献立表を確認し、配膳時にご確認ください。



7月のこんだて(盛り付け方)



2025.7 学校給食課

1日(火)：にんじんシリシリ・たまごともずくのすまし汁・シークワサータルト

にんじんシリシリは、「しりしり器」という専用のスライサー(千切り器)でおろした人参を炒め、卵でとじる沖縄の郷土料理の1つです。
(給食のにんじんシリシリは卵を使用していません。)
また、もずくは沖縄が「生産量日本一」であり、スープや天ぷら、酢の物などに用いてよく食べられています。
そして、シークワサーは、「すだち」や「かぼす」のような柑橘系の果物で、沖縄料理にもよく使われます。



沖縄名物はこの他にもたくさんあります。
みなさんはどのようなものを知っていますか？



7(月)：七夕(たなばた)献立

七夕の行事食としても知られているそうめんは、縄のように編み上げた中国のお菓子「索餅(さくべい)」が起源だと言われています。中国には、「七夕に索餅(さくべい)を神様にお供えし無病息災を祈る」という風習があります。日本では、同じ小麦粉で作られたそうめんが供えられ、食べられるようになりました。また、そうめんを天の川や織姫が使う織り糸に見立てているとも言われています。



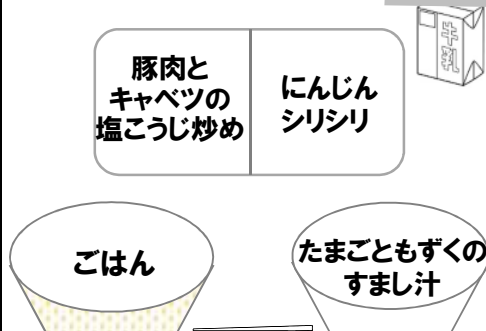
給食の七夕汁は、そうめんの代わりとしてビーフン、星型のかまぼこが入り、すまし汁仕立てになっています。七夕ゼリーもつくので、七夕飾りのように彩りある献立です☆彡



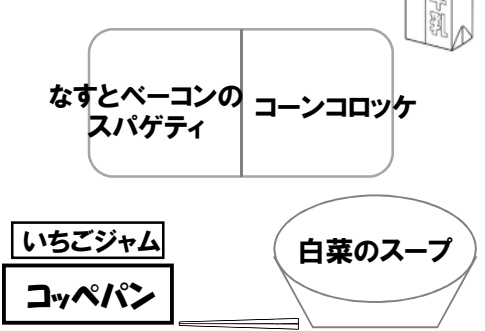
盛り付けの注意事項とコツ

- 「汁物より少なめ」表示のある煮物等は、汁物の3/4程度の量(160ml程度)になります。
- はるさめや、ワンタンなどが入った汁物は、それらが汁を吸うため、いつもよりやや量が少なくなることがあります。
- 皿に盛るおかずも献立により量や個数が違います。()で1人の個数が決まっているもの以外は、40人学級なら、食缶内をまず4等分し、その1つを10人分に分けると、均等に盛り付けやすくなります。(目安を記載しているものもあります。)

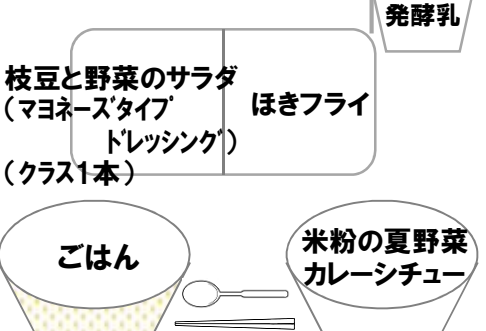
1日(火) シークワサータルト



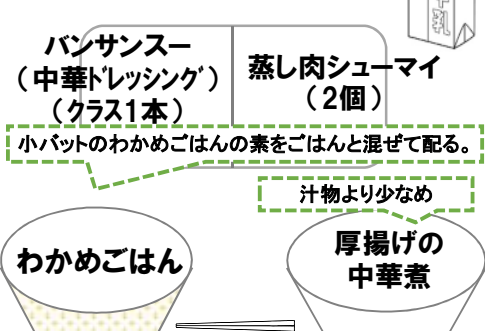
2日(水)



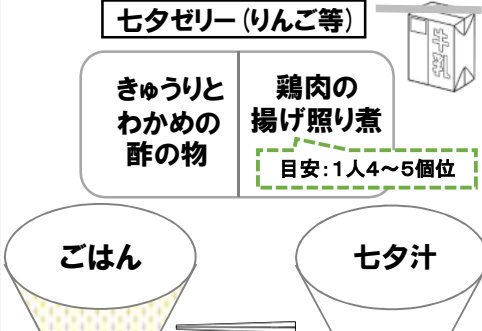
3日(木)



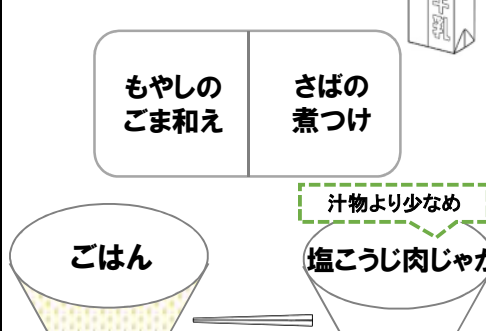
4日(金)



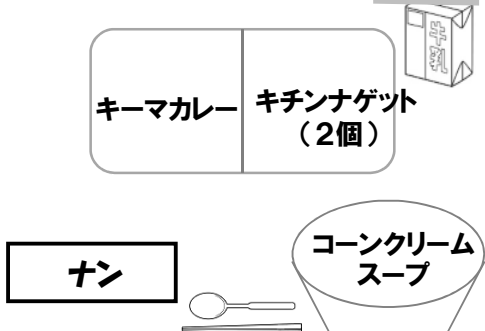
7日(月)七夕献立



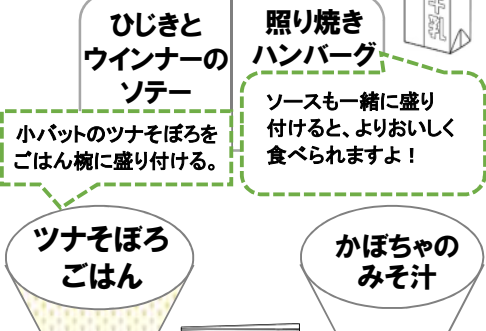
8日(火)



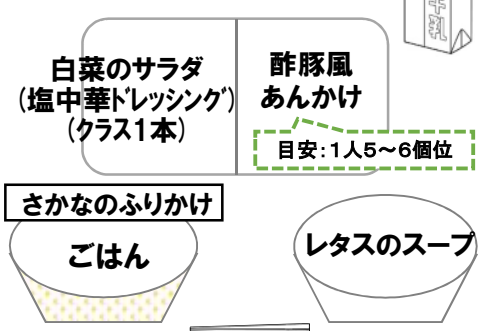
9日(水) ミルメークコーヒー



10日(木)



11日(金)



はし スプーン



- ごはん碗(クリーム色の碗)・・・ごはんを入れます。
- 大碗(白色の碗)・・・大食缶に入っている汁物や煮物等のおかずを入れます。
- 仕切り皿・・・真ん中に仕切りがあるお皿です。中食缶やバットに入っているおかず等を入れます。
- 牛乳は1人1本、ストローも1人1本ずつ配ってください。
- はし・スプーンは各自持参です。ナフキンをいた机の上に、持ってきたはし・スプーンを準備しましょう。

足りないものはありますか？
アレルギーのある人は、
正しく用意できていますか？

9日(水)：ナン

インド料理を代表するパンの1つとして、日本でもよく知られる「ナン」ですが、インドの家庭で日常的に食べられるものではありません。精白した小麦を使い、焼くには専用の「タンドール」という窯が必要なため、レストランで食べるごちそうさうです。日常的には、全粒粉(精白していない小麦粉)を使って、鉄板で薄く円形に焼いて作る「チャパティ」の方がよく食べられています。また、ナンは北インド料理なので、南インド料理の店にはないのだそうです。



～ごみのかさは小さくしよう～

- 空の牛乳パックはたたんで並べ、配膳室までかごに入れたまま運びましょう。
- パンの袋等、ごみを袋にまとめた後は、抑えて空気を抜いておきましょう。
- ゼリーやヨーグルト等の重ねられる空容器は、重ねてかさを小さくしましょう。

