



7月献立予定表



はつかいちしりつみやじましよう ちゅうがっこう
廿日市市立宮島小・中学校

はつかいちしりつみやじまがっこうきゅうしよく
廿日市市立宮島学校給食センター

なつ やさい
夏野菜をしっかりと食べよう！

Table with columns: 日(曜), 献立名, 献立材料名 (貴の食品, 赤の食品, 緑の食品), やさい野菜の量 (g), エネルギー (kcal), 食塩相当量 (g), ひとくちメモ. Rows include items like 'たこめし', 'ごはん えびと豆腐のチリソース', 'ジュシー', etc.

今年(ことし)は7月1日が、半夏生(はんげしょう)です。



11日(金) 管絃祭の行事食

7月11日(金)は、宮島最大の神事といわれる管絃祭が行われます。管絃祭の日には、穴子の入った「ちらしし、大根とにんじんを使った「源平なます」、あんをまぶした「おだんご」などの料理が船に積み込まれ、西国や岡山、山口などから来た参拝船にふるまわれたといわれます。給食では、管絃祭の行事食として、穴子のちらしずしとおだんごを出します。

15日(火) 広島サーモン

廿日市市の佐伯地域の清流で稚魚を育て、その後、瀬戸内海の豊かな恵みで大きくなったのが「広島サーモン」です。採卵から生産まで一貫して広島県内で行われる、まさに、広島生まれ広島育ちのサーモンです。給食ではフライにしています。手作りのタルタルソースと一緒に地域の恵みを味わってください。

広島生まれ、広島育ちだよ！



都合により献立内容を変更する場合があります。()の中は、パンに含まれる材料です。

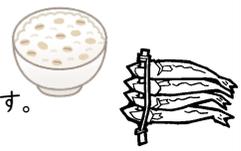
給食をとおして、被爆80周年を考える

7月16日(水)に行われる全校平和集会にあわせて、給食では戦時中によく食べられていた料理を出します。平和の大切さについて食の面からも考えてもらえたらと思います。

【麦ごはん】米が十分に無かったため、米と一緒に麦や芋、大豆などを炊いて食べるのが多かったそうです。給食では、当時の様子に近づけるためにいつもの麦ごはんよりも麦の割合を多めにします。

【めざし】うるめいわしやかたくちいわしなど小さめのいわしを干した干物です。目の部分に串をさして売られていたことが「めざし」という名前の由来です。当時は、お弁当にめざしが入っていたら嬉しかったそうです。

【すいとん汁】米が十分に無かったため、代用食として小麦粉をこねたものを入れたすいとん汁がよく食べられていたそうです。小麦粉も十分に無かったため、大豆の粉やとうもろこしの粉、ぬかなどを混ぜて作ることもあったそうです。



Box containing nutritional information: きじゅんりよう しょうがっこう *基準量 [小学校] エネルギー 650キロカロリー 食塩相当量 2.0g未満 野菜の量 100~120g. *基準量 [中学校] エネルギー 800キロカロリー 食塩相当量 2.5g未満 野菜の量 120g.