

食育ニュース

7月5日(金)

たなばた ぎょうじしよく
食育推進献立 **七夕の行事食**

皿なし

めん→つゆ→天ぷら
の順に配膳しましょう。

ぎょうじしよく
牛乳

もも
ミルクゼリー・桃ソース

皿なし

深皿

たなばた
七夕そうめん

みそ や
なす味噌チーズ焼き

てん さんしゆ あなご かぼちゃ
天ぷら三種(穴子・ししとう・南瓜)



きょう たなばた ぎょうじしよく あま がわ
今日は、**7月7日「七夕」にちなんだ行事食**です。天の川をイメージした

しゆん くだもの こうか
うめんや、旬の果物である「もも」のソースをのせたゼリーなど、豪華

こんだて きょう ごろ あ あなご ひ
な献立になっています。ちなみに、**今日7月5日は語呂合わせで「穴子の日」**だそうです。

あなご えいようか たか しょくざい しつ ふく
穴子は、とても栄養価の高い食材です。スタミナのもとになるたんぱく質をしっかりと含む

てつぶん おお ふく
のはもちろん、**カリウム・鉄分・マグネシウム**はうなぎよりも多く含まれています。

給食室の様子



今日は、品数が多く大忙し！にんじんを星形に型抜きしたり、ゼリーを朝のうちに冷やし固めたり、なすをカップにつめたり、天ぷらを三種類揚げたり、そうめんをゆでて玉取りしたり…とたくさんの作業を手際よくこなし、作り上げていただきました。