

# 7月



## 加納中学校

厚焼き卵  
肉じゃが  
冬瓜のカレー汁 1日

もやしのソテー  
枝豆の塩ゆで  
ソフト麺  
ツナマトソース 2日

じゃがいものきんぴら  
アジの南蛮漬け  
岐福(ぎふ)味噌汁 3日

大根サラダ  
鶏肉のレモンソース  
黒パン  
ポテトスープ 4日

ちらしごはん 錦糸卵  
小イワシのから揚げ  
七タゼリー  
天の川米めん汁 7日

てんしよの煮つけ  
とり天  
麦味噌汁 8日

豆のマリネ  
福神漬け  
カレーライス 9日

おかかあえ  
親子丼  
じゃがいもの味噌汁 10日

豆のサラダ  
魚のフライ  
コッパン  
ミネストローネ 11日

中華炒め  
ゴーヤの甘辛煮  
小魚  
麻婆豆腐 14日

小松菜のそぼろ炒め  
サバのから揚げ  
八杯汁 15日

シューマイ  
厚揚げのオイスターソース炒め  
一食中華麺  
ジャージャー麺 16日

五目豆  
なすと豚肉の味噌炒め  
すまし汁 17日

グリーンポテト  
肉団子のケチャップ煮  
かぼちゃのクリームスープ  
コッパン 18日

あじのたび  
今日は『大分県』

★ ★ -七夕と行事食- ★ ★  
7月7日は、七夕です。この日は、天の川の両岸にある「彦星(わし座のアルタイル)」と「織姫(こと座のベガ)」が、年に一度だけ会うことができるという伝説から生まれた星祭りの行事です。七夕には、短冊に願い事を書いて笹に飾りつけたり、そうめんを食べたりする習慣があります。

毎月19日は  
「食育の日」  
食について  
考える日です。

鉄分が多い献立の日  
食物せんいが  
多い献立の日  
「日本型食事」の日