



7月のこんだて

※右肩の数字はエネルギー量です。(単位：キロカロリー)

月	火	水	木	金
3 630	4 676	5 600	6 573	7 687
ごはん ぶたじる 豚汁 や 焼きさば もやしのごま酢あえ はんげしょうきゅうしよく 半夏生 給食	なつ やさい 夏 野菜カレー ドレッシングサガ はな 花らっきよ すいか	ごはん トマト入りみそスープ メンチカツ しお 塩こうじドレッシング あえ しあわせ元気給食	ごはん ちゅうかふう 中華風コーンスープ ホイコーロー パイナップル	えだまめ 枝豆ごはん にゅうめん ほしかた 皇型鍋 きゅうりの中華づけ ちゅうか きゅうりの中華づけ たなばたゼリー きゅうしよく たなばた給食
10	11 561	12 656	13 707	14 611
ふりかえ 振替 	チキンライス たまご 卵スープ かぼちゃサラダ	げんまい 玄米ごはん だいこんじる 大根汁 こ 小アジのから揚げ やさい かわ 野菜の皮のきんぴら いしづか さげん きゅうしよく 石塚 左玄 給食	ごはん マーボーなす リャンパンサンスー こし 越のルビー	チキンカツバーガー まる 丸カツ・チンカツ・ポイカツ やさい 野菜スープ ひとくち 一口ゼリー
17	18 556	19 610	20	21
うみ ひ 海の日 	ごはん とうふ 豆腐のみそ汁 かしのあんがらめ おひたし	スタミナ丼 わかめスープ ばいにく 梅肉あえ たの お楽しみデザート 19日ふるさと給食	しゅうぎょうしき 終業式 	なつやすみ 

※ 毎日、牛乳が1本(200mL)つきます。

※ 献立の変更をする場合があります。

はんげしょう

7月2日(日)は **半夏生** です。

『半夏生には、どうして丸焼きさばを食べるのでしょうか?』

むかし、大野のおとのさまは、四ヶ浦地区(しかうらちく)に領地がありました。ある年、さばが大漁になりました。そこで、おとのさまは農民の労をねぎらい、「農繁期に一生けんめい働いたので、あぶらののったさばを食べて、元気になるなさい。」というおふれを出しました。それから、半夏生のこの時期には「はげっしょさば」として、丸焼きさばを食べるようになったといわれています。

半夏生…夏至(6月21日)から数えて11日目。
カラシビシヤク(半夏)が生える頃。

半夏生(半化粧)は、
葉が半分白く、
化粧をしたように
見える植物です。

