



Main menu table with columns for date, day, main course, side dish, ingredients, and nutritional values.

★材料・その他の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。★は学校直送品です。
★この献立表は主な材料のみ記載しております。アレルギー対応の資料ではありません。
★魚には骨があります。注意して食べましょう。
★7月分の給食費の引き落としは8月31日(水)です。残高を確認し未納のないようお願いいたします。

Summary table showing monthly averages and standards for energy, protein, and salt.

給食おすすめレシピ

給食で人気のドライカレーです。鉄分が取れるようにレバーとレーズンを入れています。たくさん作ったら、冷凍保存も可能です。夏休みの一品にいかがですか？

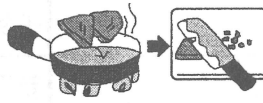
ドライカレーレバー入り

<材料：4人分>

- 豚ひき肉 300g
豚レバー 40g
玉ねぎ 350g
人参 150g
レーズン 50g
おろしんにんにく 小さじ1
おろし生姜 小さじ1/2
ウスターソース 大さじ2と1/2
トマトケチャップ 大さじ1
コンソメ顆粒 小さじ1
カレー粉 小さじ1と1/2
塩 味をみて適量
小麦粉 大さじ1
水 大さじ1~2

<作り方>

- ①豚レバーは、下ゆでし、みじん切りにする。
②玉ねぎ、人参、レーズンをみじん切りにする。
③なべに、豚ひき肉、豚レバー、おろしんにんにく、おろし生姜を入れ、ゆっくり炒める。(肉から脂が出るように)
④玉ねぎ、人参を加え、炒める。
⑤Aの調味料を加え、味がなじむまで混ぜながら煮込む。こげるようなら水を加える。(分量外)
⑥最後にBで水溶性小麦粉をつくり⑤に回し入れ、とろみをつけ、少し煮たらできあがり。



夏休みも忘れずに！

7月分給食用食材の産地(予定)

●当日の市場の入荷状況により、あらかじめ予定していた産地以外の場合もあります。

●米、牛乳は調理場すべて共通です。

・米 香取市産

・牛乳 原乳は千葉県産



●野菜、肉は、以下のとおりです。

品名	産地(予定)	
	第一調理場	第二調理場
じゃが芋	香取市	香取市
キャベツ	千葉県	千葉県
きゅうり	千葉県	千葉県
セロリ	静岡県	静岡県
大根	千葉県	千葉県
玉ねぎ	佐賀県	佐賀県
にら	千葉県 茨城県	千葉県 茨城県
にんじん	千葉県	千葉県
長ねぎ	千葉県 茨城県	千葉県 茨城県
青ピーマン	千葉県	千葉県
赤ピーマン	韓国	韓国
緑豆もやし	栃木県	栃木県
なす	千葉県	千葉県
トマト	千葉県	千葉県
こねぎ	千葉県 茨城県	千葉県 茨城県
えのきだけ	新潟県	新潟県
マッシュルーム	香取市	香取市
牛肉	オーストラリア	オーストラリア
豚肉	千葉県	千葉県
鶏肉	青森県	北海道