

ランチタイム

7月号

綾瀬市立学校給食センター

梅雨が明けると夏も本番になります。暑さ対策をしっかり行い暑い夏を乗り切りましょう。また、食欲が低下すると体力の低下にもつながるのでしっかりと食事と十分な睡眠をとり、暑さに負けない身体と心を作りましょう。



綾瀬市産・神奈川県産の食材の使用について

7月に「かながわ産品学校給食デー」として、綾瀬市・神奈川県の食材をピックアップした献立を提供します。

献立は コッペパン 牛乳 トマトシチュー ベジタブルソテー 湘南ゴールドゼリー です。

綾瀬市産の豚肉・トマト・とうもろこしを使用します。デザートは湘南ゴールドゼリーは、約20年前に神奈川県で品種登録された、希少果物の『湘南ゴールド』を使用したこんにやくゼリーです。押し出して食べるパウチパックの商品です。綾瀬市や神奈川県の特産物について知り、地域の食文化の継承へと繋がるきっかけになればと思います。



4月の日本のあじめぐり(京都府)で人気があった『肉豆腐』のレシピを掲載します

肉豆腐 《4人分》

《材料》

炒め油
豚肉薄切り 200g
にんじん 1/2本
たまねぎ 1/2個
しらたき 50g
砂糖 大さじ1杯
しょうゆ 大さじ2と1/2杯
清酒 小さじ1杯
長ねぎ 1/2本
生揚げ 1枚(200g)



- ① 生揚げの油抜きをし、サイコロ状の食べやすいサイズに切る
- ② にんじんはちょう切りにする
長ねぎは斜め切りにする
たまねぎは薄切りに水にさらす
- ③ しらたきは必要であればアク抜きをし、食べやすい大きさに切る
- ④ 炒め油をしいて豚肉を炒める
- ⑤ にんじん、たまねぎを炒める
- ⑥ しらたきと調味料★をいれてひと煮たきさせる
- ⑦ 長ねぎと生揚げをいれて10分ほど煮る

◆できあがり◆

味付けはお好みで加減してください。本来食材は「牛肉・木綿豆腐・ねぎ」を使用します。給食用にアレンジして生揚げを使用しましたが豆腐に変えてもかまいません。生揚げだとこってり味に仕上がります。

学校給食食材のお知らせ

- 7月に使用予定の主な食材の産地は次のとおりです。

1 青果

品名	産地	品名	産地	品名	産地	品名	産地
きやべつ	茨城	きゅうり	神奈川	ごぼう	群馬、青森、宮崎	えのきたけ	新潟、長野
オクラ	鹿児島	大根	青森	たまねぎ	佐賀、神奈川、兵庫、愛知	ちんげん菜	茨城、静岡
じゃがいも	茨城、千葉、長崎	小松菜	神奈川	ズッキーニ	群馬、長野他	ピーマン	高知、茨城
長ねぎ	茨城	もやし	栃木、福島	しめじ	長野、茨城	なす	神奈川、茨城
にんじん	千葉	冬瓜	神奈川、愛知	とうもろこし	綾瀬市	かぼちゃ	神奈川、茨城

2 肉類

品名	産地	品名	産地
豚肉	神奈川	鶏肉	青森、北海道

3 水産加工品

品名	産地	品名	産地	品名	産地	品名	産地
刻みのり	熊本	もずく	沖縄	昆布	北海道	ししゃも一夜干し	ノルウェー
糸かまぼこ	アメリカ	星なると	日本他				

4 穀類

品名	産地	品名	産地	品名	産地
米	日本	パン用小麦粉	カナダ	星ふ	日本

5 乳製品

品名	産地
牛乳	神奈川、千葉他

6 その他

品名	産地	品名	産地	品名	産地	品名	産地
ソーダゼリー	北海道、茨城他	セタゼリー	三重、茨城他	シークワースーデゼート	神奈川、北海道他	ブルーベリージャム	鹿児島、北海道他
レモン果汁	瀬戸内	湘南ゴールドゼリー	神奈川				

※産地は予定ですので、変更になる場合があります。

＜令和7年度学校給食費 自動振替日のお知らせ＞

4月・5月分	6月2日(月)	6月分	6月30日(月)	7月分	7月31日(木)	9月分	9月30日(火)
10月分	10月31日(金)	11月分	12月1日(月)	12月分	1月5日(月)	1月分	2月2日(月)
2月・3月分	3月2日(月)	※ 振替日の前日までに預貯金残高の確認をお願いします!!					

※4月・5月分と、2月・3月分は、2か月分を併せて引き落とします。

※口座引き落としができなかった場合は、納付書での納付をお願いします。※口座振替は、小学校から中学校まで継続されます。

学校給食費の半額を市が補助します

市では、物価高騰による保護者の経済的負担の軽減と、子育て世帯への家計支援を図ることを目的に、令和7年4月から令和8年3月まで限定的に学校給食費の半額を補助します。(手続き等は不要です。詳しくは市ホームページをご覧ください。)

学校給食の変更に関する手続きのお知らせ

- ・アレルギー等があり、給食区分を変更(牛乳あり⇔なし等)したい
 - ・転校、長期の休学等により、給食の喫食を停止したい
 - ・現在停止している給食の提供を再開したい
- これらの場合は、希望する日の5日前までに「学校給食届出書」の提出が必要です。
これらのQRコードからお手続きできます

