

7月 お弁当献立表

7月1日 から 7月15日

【7月7日は「そうめんの日」でもあります。】

7月7日といえば夏を彩る日本の行事「七夕」です。七夕に素麺を食べられる方も多いと思いますが、その由来はとても古く、古代中国まで話がさかのぼります。古代中国の時代に、帝の子供が7月7日に熱病で亡くなり、その亡くなった子供が、霊鬼神となって熱病を流行らせました。そこで、生前にその子の好物だった「素餅（さくべい）：縄のように編み上げた小麦粉のお菓子の様なもの」をお供えしたところ、その熱病がおさまった、という伝説からきています。中国伝来の「素餅」が、時代と共に形を変え、奈良時代に日本に伝わり、一般にも広がっていき、同じ小麦粉で作られた「そうめん」が七夕に食べられるようになり、「7月7日に素餅を食べると1年間無病息災で過ごせる」という言い伝えになりました。ほかに、そうめんを織姫が使う糸に見立てて「芸事（機織）が上手になりますように」と願いながら食べるという説もあります。行事食として素麺を食べるとから、全国乾麺共同組合連合会が、7月7日は「そうめんの日」と定めたそうです。夏の暑さで食欲が減退するこの時期にそうめんを食べて、邪気を祓ったり無病息災を願ってはどうか。

30日(月)	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
	とんかつ (胡麻ソースかけ) 八宝菜 じゃがいも煮付け	塩すだちササミフライ 野菜チャンポン風炒め ひじき炒り煮 大根なます	白身フライ プレーンオムレツ れんこん金平 マカロニサラダ	鶏すき風煮 野菜かき揚げ 春雨酢の物 昆布豆煮	おまかせ メニュー
	411Kcal 脂質22.4g 塩分4.4g	399Kcal 脂質25.2g 塩分4.4g	478Kcal 脂質26.9g 塩分3.9g	381Kcal 脂質18.2g 塩分4.2g	
7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
チキンカツ ハムステーキ (カレーソースかけ) 大根田舎煮 白菜煮浸し	ハンバーグ (塩だれおろしソースかけ) 大根サラダ いんげん胡麻和え	メバル和風あんかけ 高野豆腐の玉子とじ 青菜煮浸し 煮物2品	ニシン塩焼き 野菜春巻のチリソースかけ 味噌田楽 春雨サラダ	鶏唐揚げ ひじき炒り煮 キャベツサラダ 竹輪の炒め物	おまかせ メニュー
391Kcal 脂質24.6g 塩分3.1g	407Kcal 脂質21.9g 塩分4.5g	290Kcal 脂質15.4g 塩分3.5g	396Kcal 脂質17.9g 塩分4.8g	490Kcal 脂質30.9g 塩分3.4g	
14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
豆腐磯辺揚げ 和風あんかけ メンチカツ たまねぎサラダ 白菜キムチ	エビフライ クリームコロッケ (デミグラスソースかけ) 大根田舎煮 若竹煮				
413Kcal 脂質27.3g 塩分3.1g	405Kcal 脂質22.2g 塩分3g				

* ごはん1食分のエネルギーは385kcalです。

* 当社は、契約農家で栽培された有機野菜、自社水耕栽培野菜を一部使用しております。

ご注意：・昨今の情勢から仕入が不安定な為、献立が変更になることがあります。

・昼食は配達当日の午後1時までにお召し上がりください。

・直射日光のあたる場所、極端に温度の高い所、湿気の多いジメジメした場所には置かないでください。

ランチ花梨

姫路市香寺町中仁野502番地

TEL 079-232-3272

FAX 079-232-6683

神戸配送センター

兵庫県神戸市西区樫谷町松本809-1

TEL 079-232-3272

FAX 079-232-6683