


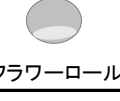
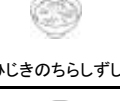


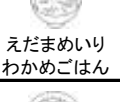

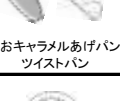

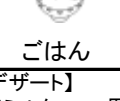




日 曜	ス プ リ ン ☆	献 立 名	主 な 材 料 名			エネルギー (kcal)	
			赤	黄	緑	たんぱく質 (g)	
			からだをつくる	はたらく力のもと	からだの調子を整える		
1 月	○	 タンタンメン	はるまき こまつなとワカメのサラダ	牛乳 ぶた肉 はるまき わかめ	ホトちゅうかめん 油 ごま ごま油 でんぶん	しょうが にんにく たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ ねぶかねぎ もやし こまつな きゅうり とうもろこし	687 25.0
2 火	○	 たこめし	半夏生献立 あじフライ けんちんじる	牛乳 たこ あぶらあげ あじフライ とうふ	ごはん 油 じゃがいも こんにゃく	にんじん ごぼう しいたけ えだまめ だいこん ねぶかねぎ こまつな えのきたけ	611 27.2
3 水	○	 ごはん	じゃがいもとりにくのさっぱり いそかあえ	牛乳 とり肉 だいた のり	ごはん じゃがいも 油 さとう	たまねぎ にんじん さやいんげん にんにく しょうが もやし キャベツ きゅうり	659 25.4
4 木	☆	 フラワーロール	ミートボールとまめのケチャップに コーンサラダ	牛乳 肉だんご だいた ひよこめめ	フラワーロール じゃがいも 油 さとう	たまねぎ にんじん にんにく マッシュルーム トマト とうもろこし キャベツ きゅうり	600 22.1
5 金	○	 ひじきのちらしずし	七夕献立 かつおのりょうしあげ たなばたじる みずまんじゅう	牛乳 とうふ かつおりょうしあげ やきふ ひじき	ごはん さとう 油 そうめん みずまんじゅう	しいたけ かんぴょう にんじん さやえんどう だいこん たけのこ こまつな えのきたけ	651 24.1
8 月	○	 ごはん	なまあげのちゅうかに はるさめサラダ	牛乳 なまあげ ぶた肉	ごはん さとう 油 でんぶん はるさめ	にんじん たまねぎ たけのこ にんにく しょうが しいたけ あおピーマン もやし きゅうり	657 25.3
9 火	☆	 たまごどん	旬の献立(にがり、かぼちゃ) だいたとなつやさいのからあげ れいとうみかん	牛乳 たまご とり肉 だいた	ごはん さとう でんぶん 油 こめこ	にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ グリーンピース にがり かぼちゃ れいとうみかん	698 25.5
10 水	○	 えだまめいり わかめごはん	チキンなんぼん ごもくスープ	牛乳 わかめ とり肉 とうふ	ごはん 油 ごま でんぶん さとう ノンエッグマヨネーズ	えだまめ ねぶかねぎ しいたけ ごぼう こまつな	611 26.6
11 木	○	 いわしの かばやきどん	旬の献立(とうもろこし) わふうサラダ ゆでとうもろこし	牛乳 いわしでんぶんつき わかめ	ごはん 油 さとう	こまつな きゅうり もやし にんじん とうもろこし	629 20.5
12 金	☆	 しおキャラメルあげパン ツイストパン	お誕生日給食(与野本町小) とうふのスープに こんにゃくサラダ	牛乳 とうふ とり肉 ぼたて	コッペパン ツイストパン ミルメーク(キャラメル) さとう 油 でんぶん こんにゃく	たまねぎ にんじん だいこん チンゲンサイ たもぎたけ きゅうり とうもろこし	622 25.6
16 火	○	 ジュシー	沖縄県の郷土料理 ささかまのてんぷら もずくスープ	牛乳 ぶた肉 こんぶ さつまあげ とり肉 ささかまぼこ もずく	ごはん 油 こめこ ごま油 ごま	しいたけ いら にんじん だいこん ねぶかねぎ とうもろこし	552 23.6
17 水	☆	 ごはん	セレクトデザート じゃがいものカレーに かいそうサラダ	牛乳 ぶた肉 とり肉 かいそう	ごはん 油 じゃがいも さとう セレクトデザート	たまねぎ にんにく しょうが にんじん あおピーマン トマト きゅうり キャベツ とうもろこし	648 22.5

【セレクトデザート】
 ☆アセロミルク… 果糖ぶどう糖液糖、乳、アセロラ果汁 等
 ★焼きプリンタルト… 小麦粉、マーガリン、砂糖、鶏卵、食塩、乳、脱脂粉乳 等
 ☆チョコクレープ… 豆乳、砂糖、加工油脂、米粉、水あめ、植物油、ココアパウダー、麦芽糖 等

* 献立は天候や納品状況などの都合により、変更になることがあります。ご了承ください。

	<p>7月5日(金)は七夕献立♪</p> <p>今年の主食はちらしずしです。</p> <p>副菜には天の川をイメージして、 そうめんと星形の麩が入った七夕汁にしました。</p> <p>お星さまの形入りの給食を楽しみにしていただきね！</p>	
---	---	---