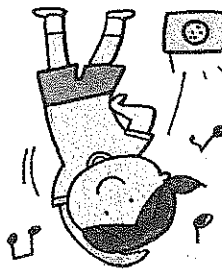


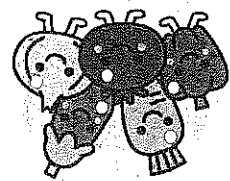
7月 予定献立表(小学校・小学部)

☆ 7月の目標 夏の健康に必要な食生活をしよう ☆

| 月                                                 | 火                                                      | 水                                                     | 木                                                                                       | 金                                                                                 |
|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 7月7日は<br>たんぱたん<br>こんだてです<br>★をいくつ<br>みつけ<br>られるかな | 1<br>フロッキーと<br>わかめのサラダ<br>ふたに＜の<br>しおたれいため             | 2 小出あり<br>レモンあえ<br>スパイシーソース<br>ラーメン                   | 3 小出あり<br>おけんにんじん<br>あつあけの<br>おこのみーあやき                                                  | 4<br>おひたし<br>あかうおの<br>やくみーあ                                                       |
| 7<br>たんぱたん<br>チーアサラダ<br>ほしのハッピー                   | 8 三用小学校<br>リクエストメニュー<br>もやしナムル<br>カンニョムチキン             | 9 藤神小5年なし<br>赤石小6年なし<br>チーア 小出あり<br>グリーンサラダ<br>ツナオムレツ | 10 藤神小5年なし<br>赤石小6年なし<br>小出あり<br>きりほしだいこんの<br>さつぱりあえ<br>さばのかしーあき                        | 11<br>フルーツ<br>じゃこ<br>サラダ<br>ヌーボートン<br>むきごはん                                       |
| 14<br>ひじきのいりに<br>かぼちゃコロツク                         | 15 おはなし給食<br>しょうゆソリソリ<br>のぼて<br>たんぽう<br>とれしめし＜<br>リキヤの | 16 小出あり<br>こくろ<br>にんじん<br>ツナ<br>サラダ<br>タツタ<br>ヌー      | 17 小出あり<br>キヤベツの<br>こんぶあえ<br>あじのこま<br>チチサツソース<br>なつの<br>のつじる                            | 18 後刻なし<br>こまドレッシング<br>サラダ<br>とちもち                                                |
| 21<br>海の日<br>ごはん<br>キヤベツの<br>みそしる                 | 22<br>ごはん<br>かんもの<br>ちゅうか<br>ヌー                        | 23 海老小と大和中<br>以外は無終日<br>ヌー<br>セわれ<br>やさい<br>ヌー        | 24 海老小最終日<br>おじつけのり<br>フロッキーの<br>おかかあえ<br>あつあけの<br>オスターソース<br>いため<br>ごはん<br>とくにゅう<br>じる |  |

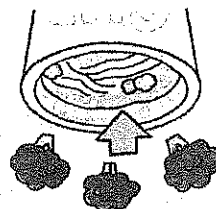
※献立は、材料等の都合により変更させていただきますことあります。

ちれいたして  
やさいを  
とろう



カットめん+野菜

ゆでたり、レンジで  
加熱したりした野菜を  
カットめんの中に加え  
ましよう。食べたい  
がアツクします。



さばのみそ煮の缶詰+野菜

缶詰をそのまま食べ  
るのではなく、根菜類  
などの野菜と水を加え  
て煮込むと、立派なお  
かずになります。

