

# 7・8月予定献立表

月	火	水	木	金
<p>*7月の予定*</p> <p>15日 塩沢小臨時休校 23日 橋窪小給食最終日 24日 塩沢小・支援学校給食最終日</p> <p>*8月の予定*</p> <p>28日 塩沢小・橋窪小・支援学校給食開始</p>	<p>1</p> <p>キャベツのふうみづけ さばのカレーやき</p> <p>とりだんごじる</p> <p>639kcal 2g</p>	<p>2</p> <p>マカロニのうめマヨあえ あつやきたまご ふりかけ オクラのみそしる</p> <p>651kcal 2.1g</p>	<p>3</p> <p>のりずあえ くるまふとなつやさいのあげに</p> <p>とうがんのうすくずじる</p> <p>642kcal 1.9g</p>	<p>4</p> <p>ジャーマンポテト ハニーマスタードチキン</p> <p>パイナップル ごめこコッペパン トマトとフロッコリーのスープ</p> <p>604kcal 2.8g</p>
<p>7 七夕献立</p> <p>たなばたゼリー</p> <p>たんざくあえ ほしのコロッケ</p> <p>そうめんじる</p> <p>680kcal 1.9g</p>	<p>8</p> <p>きりぼしだいこんナムル ぶたにくとズッキーニのオイスターいため</p> <p>みそワザン スープ</p> <p>618kcal 1.9g</p>	<p>9</p> <p>ピリからじゃこきゅうり あつあげのみそチーズやき</p> <p>なつとんじる</p> <p>632kcal 1.9g</p>	<p>10</p> <p>ごまあえ あじのなんばんづけ</p> <p>あさりのみそしる</p> <p>657kcal 1.9g</p>	<p>11</p> <p>キャベツのちゅうがあえ やきぎょうざ</p> <p>ちゅうがめん しょうゆラーメン スープ</p> <p>586kcal 3.5g</p>
<p>14</p> <p>きりぼしだいこんに さばのピリからやき</p> <p>じゃがいものみそしる</p> <p>658kcal 1.8g</p>	<p>15</p> <p>バンバンジー サラダ</p> <p>マーボーなすどん(ごはん) もずくのサンラータン</p> <p>644kcal 2.5g</p>	<p>16</p> <p>ごまじょうゆあえ いかのカレーマリネ</p> <p>かぼちゃのそぼろに</p> <p>663kcal 2.2g</p>	<p>17 食育の日 「精霊の守り人」</p> <p>しょうゆフレンチ ノギヤのとりめし</p> <p>タンダのさんさいなべ</p> <p>641kcal 1.9g</p>	<p>18</p> <p>いちごジャム ラタトゥイユ チーズオムレツ</p> <p>コッペパン パンプキン ポタージュ</p> <p>677kcal 3g</p>
<p>21</p> <p>海の日</p>	<p>22</p> <p>えのきとあおなのさつぱりあえ ますのごまみそやき</p> <p>ゆうがおのみそしる</p> <p>617kcal 1.9g</p>	<p>23</p> <p>かいそう サラダ</p> <p>なつやさいカレー(むぎごはん)</p> <p>674kcal 3.1g</p>	<p>24</p> <p>ツナとえだまめのサラダ ハンバーグテミグラスソースかけ コーンライス</p> <p>ミネストローネ</p> <p>632kcal 2.2g</p>	<p>日 献立表の見方</p> <p>副菜 主菜</p> <p>汁物</p> <p>エネルギー (kcal) 塩分 (g)</p>
<p>夏休み中も規則正しい生活を</p> <p>夜更かしや朝ねぼうをすると、生活リズムが崩れてしまいます。夏休み中も規則正しい生活を心がけましょう。 早起きをして、家族で朝食の準備をしたり運動をしたりしてみませんか。</p> 			<p>8/28</p> <p>れいとうピーチ コールスローサラダ</p> <p>キーマカレー (カレーふうみライス)</p> <p>704kcal 2.1g</p>	<p>29</p> <p>やさしいマリネ チリコンカン</p> <p>せわりコッペパン トマトとたまごのスープ</p> <p>590kcal 3.2g</p>

※献立は都合により変更することがあります。