



日	曜日	献立名			エネルギー たんぱく質	献立メモ
		主食(+主菜)	主菜・副菜・デザートなど			
1	火	ひじきご飯	魚の山椒焼き ごまあえ 冬瓜スープ	○	776kcal 39.5g	☆七夕献立 (7日) 7日は、「七夕」です。給食では、そうめんを天の川、オクラと麩を星に見立てた汁物を作ります。
2	水	チンジャオロース丼	豆腐と野菜のスープ 果物(オレンジ)	○	742kcal 35.0g	
3	木	あしたばパン	なすのミートグラタン コーンサラダ	○	772kcal 33.7g	
4	金	スープ茶漬け	岩石揚げ もやしの甘酢あえ	○	769kcal 31.9g	
7	月	ちらし寿司	七夕汁 フルーツポンチ	○	791kcal 28.7g	☆世界の料理 (ブラジル) (9日) フェジョアードは、豆と豚肉・牛肉などを煮込んだ料理です。ポンドケーキは、ポルトガル語で「チーズパン」という意味です。 
8	火	あんかけ焼きそば	のり塩ポテトビーンズ	○	831kcal 34.0g	
9	水	ガーリックライス	フェジョアード コールスローサラダ ポンドケーキ	○	807kcal 29.4g	
10	木	焼き肉丼	みそ汁 果物(すいか)	○	806kcal 35.5g	
11	金	ご飯	にら玉あんかけ 五目ビーフン炒め 大根スープ	○	771kcal 33.2g	
14	月	大豆もやしのまぜご飯	トック入スープ フルーツヨーグルト	○	801kcal 26.3g	
15	火	ご飯	焼き魚のバーベキューソース おひたし トマト肉じゃが	○	831kcal 38.5g	
16	水	スパゲッティ ペスカトーレ	枝豆コーンサラダ パイナップルケーキ	○	835kcal 31.8g	
17	木	いわしのかば焼き丼	切干大根のさっぱり和え すまし汁	○	796kcal 29.2g	
18	金	キーマカレーライス	わかめサラダ 牛乳寒天	○	860kcal 32.7g	

【月平均栄養価】エネルギー:798kcal たんぱく質:32.8g 脂質:23.5g 食塩相当量:3.1g

※食材料の都合等により、献立・食材料を変更する場合があります。



お知らせとお願い

☆給食は7月18日(金)で終了し、夏休みに入ります。夏休み明けは9月2日(火)から始まります。

☆7月最終週の給食当番は、18日(金)に給食用エプロンセットを持ち帰ります。

ご家庭で洗濯していただき、9月1日(月)にお子様に持たせていただくようお願いいたします。

