














7月 もりつけひょう



<p>3 (月)</p> <p>夏野菜のオープン焼き 野菜 とうもろこし</p> <p>チャーシュー麺 (肉みそ)</p> 	<p>4 (火)</p> <p>チキンのこんがり焼き 青菜とじゃこのサラダ</p> <p>ジャンバラヤ トマトと卵のスープ</p> 	<p>5 (水)</p> <p>揚げパン きなこココア</p> <p>イカとエビのチリソース煮</p> <p>ワンタンスープ</p> 	<p>6 (木)</p> <p>さばのカレー風味焼き かんぴょうの和えもの</p> <p>ごはん 冬瓜と豚肉の煮物</p> 	<p>7 (金)</p> <p>大葉入り 変わり春巻き 華風和え</p> <p>キムチチャーハン 天の川スープ</p> 
<p>10 (月)</p> <p>ピビンバ (肉・野菜)</p> <p>ごはん レンフォアタン</p> 	<p>11 (火)</p> <p>冷奴</p> <p>枝豆入りわかめごはん</p> <p>鶏肉のから揚げ(3こ) ごま酢和え</p> 	<p>12 (水)</p> <p>揚げパン</p> <p>じゃが芋のコンソメスープ煮</p> <p>トースト</p> 	<p>13 (木)</p> <p>いかにごまマヨネーズ焼き ゴーヤチャンプル</p> <p>じゅーしー</p> 	<p>14 (金)</p> <p>ソフトカレイの竜田揚げ 浦上そば</p> <p>ごはん ピリ辛みそ汁</p> 
<p>17 (月)</p> <p>海の日</p> 	<p>18 (火) <給食最終日></p> <p>カレーライス 福神漬</p> <p>ツナサラダ</p> 	<p>食育の日の献立</p> <p>14日(金) 浦上そば (長崎県)</p> <p>「そば」とは長崎の方言で「粗い干切り」を意味します。それぞれ干切りにした食材を油で炒めた料理です。</p> 		



3日(月)のチャーシュー麺の肉みそは、いつものラーメンの汁より少ない量です。気をつけて配膳しましょう。



残さずしっかり食べて、暑さに負けない身体をつくろう!

