

7

## 月 給食献立

日	曜	献立	エネルギー	給食時間
1	土			
2	日			
3	月	麻婆丼、チンゲン菜とツナの和え物、中華スープ	908	18:20
4	火	雑穀ご飯、さばのみりん醤油焼き、きんぴら、味噌汁	932	18:20
5	水	ご飯、韓国風肉じゃが、白ごまつくね、豆腐スープ	940	18:20
6	木	揚げパン、チキンと大豆のトマト煮込み、かぼちゃサラダ、アシドミルク	973	18:20
7	金	肉夏野菜丼、即席漬け、味噌汁、七夕和菓子	932	18:20
8	土			
9	日			
10	月	ご飯、さわらのおろしあんかけ、小松菜の和え物、味噌汁	953	18:10
11	火	ご飯、タンドリーチキン、ポテトのバター醤油ソテー、ベーコンと野菜のスープ	1087	18:10
12	水	ご飯、豚肉の生姜焼き、かぼちゃとさつま揚げの煮物、味噌汁	989	18:10
13	木	あんかけ焼きそば、ぎょうざ、もやしのナムル、ヨーグルト(みかん)	892	18:10
14	金	ご飯、枝豆コロッケ、ちくわの磯部揚げ、冬瓜と肉団子の煮物、そうめん汁	943	18:10
15	土			
16	日			
17	月			
18	火	ご飯、白身魚の胡麻だれ焼き、キャベツのバター醤油ソテー、なめこ汁、すいか	853	18:10
19	水	チャーシューご飯、ほうれん草とささみのサラダ、中華スープ、梨	1170	19:00
20	木	鶏肉の唐揚げカレーライス、コールスローサラダ、三色ゼリー	1180	17:20
21	金			
22	土			
23	日			
24	月			
25	火			
26	水			
27	木			
28	金			
29	土			
30	日			
31	月			

\*牛乳は毎日付きます。