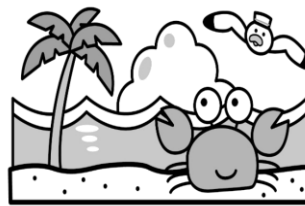




	1日　月曜日			2日　火曜日			3日　水曜日			4日　木曜日			5日　金曜日		
朝	トースト/ジャーマンポテト ヨーグルト/オレンジジュース			セルフドッグ/牛乳			ロールパン/豆乳コーンスープ/バナナ			黒糖パン/ゆで卵/サラダ/牛乳			ごはん/みそ汁/鯖の塩焼き れんこんのきんぴら		
	アレルギー	トースト　ヨーグルト	508/13.9	アレルギー	セルフドッグ　牛乳	496/19.5	アレルギー	ロールパン	347/10.3	アレルギー	黒糖パン　ゆで卵　牛乳	332/14.4	アレルギー		486/18.5
給食	ごはん/じゃがいものみそ汁 鮭の照り焼き/たくあん和え			たこめし/かき玉汁 厚揚げと冬瓜のうま煮/わかめの和え物			ごはん/ふのすまし汁/ 鰯のピリカラ/ごま酢和え			ごはん/かぼちゃのみそ汁 とり肉のレモン漬け/ピーナッツ和え			七塔そうめん/おくらのすまし汁 千草和え		
	アレルギー		638/37.4	アレルギー	かき玉汁	628/27.3	アレルギー	ふのすまし汁	692/25.2	アレルギー		897/32.5	アレルギー	七塔そうめん	580/27.0
夕	ごはん/スープ/チンジャオロース 米粉のきびなごフライ/ナムル			ごはん/みそ汁 鰹の南蛮漬け/ゆかり和え			ごはん/玉ねぎのみそ汁/豚肉の角煮 小松菜のおかか和え/トマト			コーンライス/スープ/白身魚のパン粉焼き フレンチサラダ/アイスクリーム					
	アレルギー		601/26.7	アレルギー		615/22.9	アレルギー		703/21.0	アレルギー	白身魚のパン粉焼き　アイスクリーム	636/22.8	アレルギー		

	8日 月曜日			9日 火曜日			10日 水曜日			11日 木曜日			12日 金曜日		
朝	クロワッサン/ウインナー ゆでブロッコリー/牛乳			トースト/サラダ/ヨーグルト りんごジュース			ロールパン/スープ/オムレツ			セルフバーガー/牛乳			ごはん/みそ汁 がんもどきの煮物/ごま和え		
	アレルギー	クロワッサン 牛乳	507/13.6	アレルギー	トースト サラダ ヨーグルト	408/11.8	アレルギー	ロールパン オムレツ	305/12.3	アレルギー	セルフバーガー 牛乳	535/22.7	アレルギー		442/13.5
給食	ごはん/みそ汁/鮭のタルタル焼き ほうれん草のおひたし			夏野菜カレー/すいか			ごはん/みそ汁/鶏肉の麴焼き ゆばの酢の物			ごはん/けんちん汁 豚肉とかぼちゃのごまがらめ 野菜の塩昆布和え			コッペパン/スープ なすのミートグラタン/ツナサラダ		
	アレルギー	鮭の菜種焼き	676/31.0	アレルギー	夏野菜カレー	778/23.1	アレルギー		730/31.6	アレルギー		779/28.5	アレルギー	コッペパン なすのミートグラタン	549/24.7
夕	ごはん/スープ/煮込みハンバーグ ポテトフライ/ピクルス			ごはん/豆腐の中華煮 米粉ぎょうざ/青梗菜ともやしの和え物			ごはん/わかめのすまし汁/鯖のみそ煮 切干大根の煮物/きゅうりの浅漬け			ブルコギ丼/スープ/春雨サラダ			。◉◉◉***◉◉◉***◉◉◉***		
	アレルギー		600/16.8	アレルギー		768/30.1	アレルギー		642/21.7	アレルギー		573/19.3	アレルギー		

15日 月曜日		16日 火曜日		17日 水曜日		18日 木曜日		19日 金曜日			
朝	★今月のお楽しみメニュー ・2日は半夏生献立です。半夏生とは夏至から数えて11日目頃のことを言います。半夏生の日にたこを食べるのは、作物が足のようにしっかりと根をはることを祈るという意味がこめられています。	トースト/ジャーマンポテト/ ヨーグルト/ミックスジュース		レーズンパン/ウインナー サラダ/牛乳		セルフサンド/オレンジジュース		ツナロール/ミネストローネ/ヨーグルト			
	アレルギー	トースト ヨーグルト	446/12.6	アレルギー	レーズンパン 牛乳	548/16.5	アレルギー	セルフサンド	488/17.7	アレルギー	ツナロール ヨーグルト
給食	・5日は七夕献立です。七夕そうめんは、天の川に見立てたそうめんの上に星形の人参や、錦糸卵などをのせます。	タコライス/スープ/フルーツポンチ		ごはん/みそ汁 鯖のカレー揚げ/マヨポン和え		ごはん/ワンタンスープ 肉団子の甘酢あん/中華和え					
	アレルギー	タコライス	884/31.1	アレルギー	マヨポン和え	796/29.7	tiki				
夕	・16日のタコライスは、メキシコ料理のタコス の具をごはんのにせた沖縄発祥の料理です。	ごはん/すまし汁/鯖の西京焼き ひじきの煮物/野菜の梅肉和え		ごはん/スープ/豚肉とゴーヤの炒め物 米粉チキンカツ/枝豆		あなごごはん/すまし汁 荳わかめの和え物/冷凍パイ					
	アレルギー		536/22.5			624/24.2	アレルギー	あなごごはん	528/24.8		