

7月の きゅうしょく



ひょうごけんりつ わだやま とくべつ しえん がっこう
兵庫県立和田山特別支援学校

月（げつ）	火（か）	水（すい）	木（もく）	金（きん）
1 こめこまる 米粉丸パン ぎゅうにゅう 牛乳 エビカツ ゆでキャベツ スープカレー	2 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さばの しお 塩こうじやき か 麦わりきんぴら なつやさい 夏野菜のみそ汁 しる	3 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ煮込みハンバーグ ベイクドポテト ゆでとうもろこし かぼちゃのポタージュ	4 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 む どり 蒸し鶏のごまソース さといも 里芋とブロッコリーのサラダ ミントマト オクラのスープ	5 たなばた 七夕そうめん ぎゅうにゅう 牛乳 とり やさい 鶏と野菜のフリット えだまめ ゆで枝豆 サイダーゼリー
8 コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳 スパニッシュオムレツ ラタトゥイユ きなこクリーム（パン用）	9 タコライス ぎゅうにゅう 牛乳 アジフライ ふうみづ きゅうりの風味漬け スイカ	10 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 い しそ入りつくね はるさめサラダ とうがん もずくと冬瓜のスープ なつとう 納豆	11 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 しろみさかな こ や 白身魚のパン粉焼き ゴーヤチャンプルー かぼちゃのみそ汁 しる	12 むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 あ はるま 揚げ春巻き まめ 豆とチーズのサラダ ちゅうか トマト中華スープ
15 うみ 海の日 ひ	16 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さけ 鮭メンチカツ ひじきサラダ しる あさりのみそ汁	17 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ぶたにく 豚肉のプルコギ風 じゃがコーンサラダ とうふ のりと豆腐のスープ	18 むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 なつやさい 夏野菜キーマカレー キャベツのおかか あ 和え アイスcream	19 しゅうぎょうしき 終業式



【今月の目標】
なつをげんきにすごす
しょくせいかつをしよう

