

7月 こんだてひょう

那賀町相生学校
給食センター

日曜	こんだてひょう		ざいりょうめい		
	こんだてひょう	こんだてひょう	あか (ちやにくになる)	き (ねつやちからになる)	みどり (からだのちょうしをととのえる)
3月	きんと煮 金時豆入り かきませ	牛乳 ふくに 含め煮 ふ 麩のすまし汁	ちりめん たまご わかめ がんもどき ぎゅうにゅう あぶらあげ かまぼこ	きんときまめ さとう ふ こめ	こんにゃく にんじん ゆずず いんげん えだまめ たまねぎ だいこん
4火	こがた 小型ミルクパン	牛乳 スパゲティミートソース 枝豆サラダ	スキムミルク わかめ ぎゅうにく ぶたにく ツナ ぎゅうにゅう チーズ	パン スパゲティ あぶら ドレッシング	にんじん たまねぎ えだまめ グリーンピース マッシュルーム
5水	むぎ 麦ごはん	牛乳 さんまのかば焼 うめあえ なつやえ 梅和 夏野菜みそ汁	さんま ぎゅうにゅう みそ ちくわ	でんぶん あぶら こめ さとう おしむぎ	キャベツ にんじん ぎゅうり かぼちゃ なす たまねぎ ねぎ うめぼし
6木	くるみパン チーズ	牛乳 ポークビーンズ マカロニサラダ	だいち ぶたにく ぎゅうにゅう チーズ	くるみ マヨネーズ じゃがいも さとう マカロニ パン	トマト たまねぎ にんじん いんげん キャベツ ぎゅうり
7金		なばたこんだて 【七夕献立】	わかめ たまご ぎゅうにゅう とりささみ ☆かまぼこ	こめ こむぎこ でんぶん あぶら ☆☆	オクラ かぼちゃ にんじん えのきだけ たまねぎ
10月	むぎ 麦ごはん	牛乳 おしおかに 鯖生姜煮 たくあん和 とうがん 冬瓜おすまし	サバ ぎゅうにゅう かまぼこ あぶらあげ	おしむぎ こめ さとう	とうがん たまねぎ ねぎ たくあん キャベツ ぎゅうり
11火	こがた 小型ミルクパン	牛乳 ひやしそうめん かりん揚 トウモロコシ	えび たまご いか ちくわ ぎゅうにゅう	パン そうめん さとう あぶら でんぶん	しょうが ぎゅうり にんじん とうもろこし
12水	むぎ 麦ごはん	牛乳 豆腐チャンプルー パンサンスー	ハム あつあげ ぶたにく たまご ぎゅうにゅう	こめ おしむぎ あぶら ごまあぶら さとう はるさめ ごま	しょうが にんにく もやし たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン ゴーヤ ぎゅうり
13木	セレクトトッピング	牛乳 オクラサラダ ポテトスープ	フランクフルト かまぼこ とりにく ぎゅうにゅう	パン ドレッシング じゃがいも	キャベツ オクラ ぎゅうり ほうれんそう にんじん たまねぎ
★ 【セレクト給食】					
14金	カレーライス ふくじん 福神漬け	牛乳 セレクトトッピング サラダ セレクトフルーツ	ぶたにく 鶏肉 ぎゅうにゅう ①ハンバーグ ②とりにく ③ホキ	こめ おしむぎ あぶら じゃがいも ドレッシング ①あぶら ②こめ あぶら ③こむぎこ あぶら	たまねぎ えだまめ にんじん にんにく キャベツ ぎゅうり ふくじんづけ りんご セロリ ①パイン ②おうとう ③みかん
18火	コッペパン ペースト	牛乳 鶏肉のレモン風味 コンソメスープ	とりにく ベーコン ぎゅうにゅう かまぼこ	じゃがいも パン さとう でんぶん あぶら ドレッシング ペースト	レモン れんこん ぎゅうり ほうれんそう たまねぎ
19水	むぎ 麦ごはん 土佐和え	牛乳 マスの塩焼 すだち なすのみそ汁	かつおぶし ぎゅうにゅう あぶらあげ マス みそ	さとう こめ おしむぎ	すだち こまつな キャベツ もやし なす にんじん たまねぎ ねぎ
20木	コッペパン	牛乳 パプリカミート パプリカスープ	ぎゅうにゅう コロケ ワインナ	あぶら こむぎこ パン パン ドレッシング	あかパプリカ きパプリカ トマト きゃべつ ぎゅうり たまねぎ ほうれんそう

物資の購入、その他の都合による変更をご了承ください。

