

7月 献立表 (こんだてひょう)



※【お知らせ】食物アレルギー または 個別対応 が必要な食材は、太字で 表示しています。

こんだて あか き みどり	トマトパン				
	1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)	
	 給食に新登場♪ きゅうり、しんとうしょう 熊本県産 トマト ピューレを生地に 練りこんだおいしい パンです。 	 スナミナサラダ てづくりふりかけ むぎごはん かぼちゃの そばろに	 セルフビビンバ ②にくいため ③ナムル ①むぎごはん とうがんの たまごスープ	 きゅうりの うめおかかあえ とうふの ちゅうかあんかけ むぎごはん ぶたじる	 すいか ひじきのマリネ コッペパン チリコンカン
	ぎゅうにゅう とりにく てんぷら あつあげ ぶたにく わかめ ちりめん かつおぶし しおこんぶ こめ むぎ さとう てんぷん ごまあぶら ごま あぶら かぼちゃ にんじん たまねぎ いんげん しいたけ しょうが トマト キャベツ きゅうり にんにく	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ わかめ たまご こめ むぎ さとう てんぷん ごま あぶら しいたけ きくらげ しょうが にんにく にら にんじん もやし とうがん えのき チンゲンサイ	ぎゅうにゅう とうふ とりにく ぶたにく あぶらあげ みそ いりこ(だし) かつおぶし こめ むぎ じゃがいも さとう コーンスターチ こめこ あぶら ごま ごまあぶら たまねぎ もやし にんじん ピーマン しいたけ しょうが だいこん ねぎ きゅうり なす	ぎゅうにゅう だいず ぎゅうにく ぶたにく ツナ ひじき コッペパン じゃがいも さとう あぶら にんじん たまねぎ しめじ グリーンピース にんにく きゅうり キャベツ パプリカ すいか	
	7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金)
こんだて	 たなばたゼリー こいわんの うめからあげ ピーマンの じゃこあえ けいはんの まぜごはん けいはんの スープ	 アスパラサラダ かぼちゃのフライ むぎごはん なつやさい のっぺ	 そうめんサラダ たまごやき ゆかりごはん とうがんの うまに	 いりこアーモンド わかめのナムル むぎごはん マーボー なす	 さかなの カシューナッツ いため サラダ スパゲティ トマトパン
あか	ぎゅうにゅう とりにく いわし ちりめん たまご	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく あつあげ ちくわ かつおぶし こんぶ(だし) チーズ	ぎゅうにゅう とりにく てんぷら あつあげ たまご	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず とうふ みそ わかめ いりこ	ぎゅうにゅう とりにく ツナ たら
き	こめ むぎ パンこ こむぎこ さとう あぶら ごま パインナップルゼリー	こめ むぎ さとう あぶら ごま パンこ てんぷん こむぎこ	こめ むぎ さとう そうめん てんぷん あぶら ごま ごまあぶら	こめ むぎ さとう てんぷん ごま ごまあぶら アーモンド	トマトパン スパゲティ カシューナッツ さとう オリーブオイル あぶら てんぷん こめこ コーンスターチ
みどり	にんじん しいたけ たくあんづけ ねぎ ピーマン うめ	とうがん にんじん ねぎ しいたけ アスパラ きゅうり キャベツ なす かぼちゃ たまねぎ	とうがん にんじん えだまめ しいたけ きくらげ きゅうり オクラ しそ	たまねぎ たけのこ にんじん なす にら ねぎ しいたけ しょうが にんにく きゅうり えだまめ コーン	にんじん きゅうり キャベツ たまねぎ パセリ トマト むらさきたまねぎ ピーマン コーン
こんだて	14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)	18 (金)
あか	 チンジャオロース じゃがいもの ごまネーズあえ むぎごはん しるビーフン	 ゴーヤの ツナあえ ちくわの にしよくあげ むぎごはん とうがんの すましじる	 うめジャムの デザート なつやさい カレールウ むぎごはん コロコロ まめサラダ	 チャプチェ だいずと とうふのフライ むぎごはん スーミータン	 スパイシー ツナサラダ ポテトビーンズ むぎごはん とりだんご スープ カット パン
あか	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ とりにく かまぼこ いか	ぎゅうにゅう たまご ちくわ わかめ とうふ ツナ かつおぶし こんぶ(だし)	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ だいず ひよこまめ かまぼこ とうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご とうふ すりみ だいず あおさ	ぎゅうにゅう とりにく ツナ だいず
き	こめ むぎ ノンエッグマヨネーズ さとう てんぷん ごまあぶら ビーフン じゃがいも ごま	こめ むぎ こむぎこ てんぷん ごまあぶら あぶら	こめ むぎ こむぎこ パター あぶら さとう こめこ うめジャム	こめ むぎ じゃがいも あぶら てんぷん ごまあぶら はるさめ さとう パンこ こめこ ごま	コッペパン あぶら じゃがいも コーンスターチ パンこ さとう ごまあぶら はるさめ ノンエッグマヨネーズ
みどり	しょうが にんにく ピーマン ごまつな たけのこ しいたけ たまねぎ きゅうり にんじん もやし キャベツ にら しめじ	とうがん にんじん ねぎ えのき ゴーヤ きゅうり キャベツ	なす かぼちゃ たまねぎ にんじん トマト スズキーニ にんにく しょうが レーズン えだまめ きゅうり	コーン たまねぎ にんじん きくらげ にら ピーマン にんにく しいたけ	たまねぎ にら にんにく にんじん たまねぎ もやし しめじ チンゲンサイ きゅうり キャベツ

※献立は、都合により変更することがあります。



がっ こうさまち うめ しょくいくどうが しょうかい
7月は、甲佐町の 梅を食育動画で紹介します。