



日	献立	10時おやつ	3時おやつ
1 (木)	三色丼 チーズサラダ コンソメスープ 果物	ビスケット	ふかし芋
2 (金)	ミートソース 夏野菜ツナサラダ 豆腐スープ 果物	せんべい	鮭おにぎり
3 (土)	親子丼 浅漬け なすの味噌汁 果物	ビスケット	せんべい
5 (月)	ごはん 豚肉の味噌焼き かぼちゃサラダ すまし汁 果物	せんべい	うどん
6 (火)	ロールパン 牛肉コロッケ りんごのサラダ 人参スープ 果物	ビスケット	しょうゆおにぎり
7 (水)	お弁当の日 (わかめごはん 鶏のから揚げ マカロニサラダ 味噌汁 果物)	せんべい	シュガートースト
8 (木)	ごはん 豆腐のカレーチャンプル ほうれん草のお浸し すまし汁 果物	ビスケット	マカロニ安倍川
9 (金)	ごはん 魚の照り焼き 大根サラダ 味噌汁 果物	せんべい	誕生日ケーキ (ヨーグルトケーキ)
10 (土)	ごはん 肉じゃが ちくわのきゅうり詰め なめこの味噌汁 果物	ビスケット	せんべい
13 (火)	ごはん 鶏つくね焼き 切り干し大根 味噌汁 果物	せんべい	きな粉トースト
14 (水)	ごはん 煮魚 春雨サラダ 味噌汁 果物	ビスケット	ジャムパン
15 (木)	夏野菜カレー さっぱりキャベツ わかめスープ 果物	せんべい	さつまいも蒸しパン
16 (金)	ごはん 麻婆豆腐 ポパイサラダ 味噌汁 果物	ビスケット	焼きそば
17 (土)	ハヤシライス コールスローサラダ コンソメスープ 果物	せんべい	ビスケット
19 (月)	けんちんうどん 春巻き キャベツのナムル 果物	ビスケット	塩おにぎり
20 (火)	豚丼 花野菜サラダ すまし汁 果物	せんべい	からいもせん
21 (水)	ごはん 鮭のムニエル〜トマトソース〜 ポテトサラダ 味噌汁 果物	ビスケット	シュガートースト
22 (木)	鮭わかめおにぎり 具たくさん豚汁 果物	せんべい	ふかし芋
23 (金)	ごはん なすのそぼろ炒め 野菜のマリネ すまし汁 果物	ビスケット	あんバターサンド
24 (土)	ごはん 煮込みハンバーグ 人参と甘煮とブロッコリー 味噌汁 果物	せんべい	ビスケット
26 (月)	ごはん 豚の生姜焼き ブロッコリーの煮びたし 味噌汁 果物	ビスケット	バナナ蒸しパン
27 (火)	ビビンバ丼 さっぱりキャベツ 味噌汁 果物	せんべい	お好み焼き
28 (水)	食パン チーズハムカツ ツナサラダ 豆腐スープ 果物	ビスケット	わかめおにぎり
29 (木)	冷やしツナマヨうどん ポークシューマイ キャベツの昆布和え 果物	せんべい	鮭おにぎり
30 (金)	ごはん 豆腐ハンバーグ 温野菜 味噌汁 果物	ビスケット	きな粉トースト
31 (土)	ごはん しょうが焼き コールスローサラダ 味噌汁 果物	せんべい	ビスケット

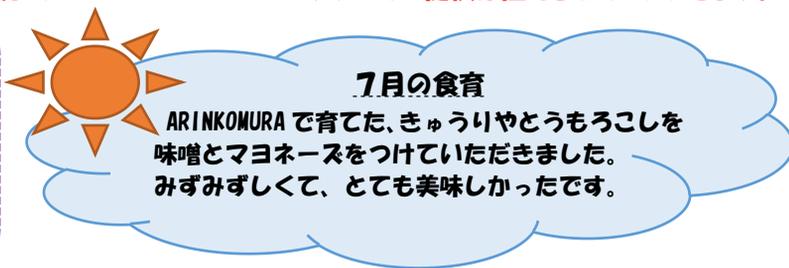
※10時に TOMATO・ONION クラスはおやつがあります。仕入れの状況によっておやつが変更する場合があります。

※お弁当の日は、普段の給食をお弁当箱に入れ提供します。※牛乳は POTATO・CELERY・CARROT クラスのみあります。

※根菜類は繊維が多く、飲み込みづらい食品であるため9月頃まで PUMPKIN・TOMATO クラスでの提供は控えさせていただきます。

給食室から

暦の上では立秋となりましたが、暑さはまだまだ続きます。冷たい飲み物の飲み過ぎに注意して、暑さに負けない体力作りを心がけましょう。それには、十分な睡眠とバランスの採れた食事が大切です。ちょっとした香辛料やスパイスを効かせると食欲もでます！



7月誕生日ケーキ 七夕ゼリー



8月20日 種子島の郷土料理 からいもせん

【材料】

さつまいもでんぶん 1カップ
水 1.2カップ
醤油・酢・砂糖 同量



【作り方】

- ①さつまいもでんぶんと水を混ぜる。
- ②油を入れたフライパンで混ぜながら加熱する。
- ③透明になったら裏返す。
- ④焼きあがったら、食べやすい大きさにカットする。
- ⑤たれをかけて完成。

ピーナツをかけても美味しい！！