

7月分 給食予定献立



月	火	水	木	金
		1	2	3
		・カレーうどん ・牛乳 ・ビーンズサラダ ・シュガーパイ 熱 796kcal た 32.4g	・ご飯 ・牛乳 ・豚肉のしょうが焼き ・メンマの炒め物 ・厚揚げのみそ汁 熱 832kcal た 34.4g	・みそそばろ丼 ・牛乳 ・野菜の昆布あえ ・たまごスープ ・ゼリー(マスカット) 熱 904kcal た 35.2g
6	7	8	9	10
・ご飯 ・牛乳 ・鶏のマーマレード焼き ・豚にら炒め ・オクラのみそ汁 熱 816kcal た 43.6g	・ご飯 ・牛乳 ・鶏米粉塩から揚げ ・春雨炒め ・わかめスープ ・ゼリー(七夕) 熱 908kcal た 30.6g	・台湾風ラーメン ・牛乳 ・ささみの塩昆布サラダ ・クレープ(いちご) 熱 789kcal た 34.0g	・うま辛丼 ・牛乳 ・カラフルサラダ ・白菜のスープ 熱 822kcal た 33.7g	・豆トマトカレー ・牛乳 ・コールスローサラダ ・ヨーグルト 熱 894kcal た 33.1g
13	14	15	16	17
・ご飯 ・牛乳 ・秋田県産鮭フライ ・韓国風肉じゃが ・豆苗のスープ 熱 964kcal た 34.0g	・カレーそばろ丼 ・牛乳 ・切干大根のツナマヨあえ ・水菜のスープ 熱 945kcal た 39.9g	・豚キムチうどん ・牛乳 ・野菜のごまマヨあえ ・かぼちゃパイ ・ミルメーク 熱 783kcal た 29.5g	・ご飯 ・牛乳 ・野菜春巻 ・野菜のナムル ・マーボー茄子 ・プリン 熱 926kcal た 30.1g	・夏野菜のトマトパスタ ・牛乳 ・水菜とささみのサラダ ・コーンとチーズの蒸しパン ・ゼリー(みかん) 熱 833kcal た 28.3g
20	21	22	 今月の五城目産食材 ・お米 ・たけのこ水煮 ・たまねぎ ・かぼちゃ缶詰 ・切干大根 ・みそ 	
海の日 	・ガパオ風ライス ・牛乳 ・モロヘイヤのスープ ・白玉ゼリーあえ 熱 793kcal た 32.9g	・夏野菜カレー ・ジョア(マスカット) ・ツナサラダ ・ガリガリくん(ソーダ) 熱 971kcal た 33.5g		

