



# 給食だより7月



月	火	水	木	金
<b>&lt;旬の食&gt;</b> きゅうり  なす  ピーマン モロヘイヤ  枝豆  おくら  青じそ トマト  とびうお  太刀魚	7月1日	7月2日	7月3日	
	なつやすいかレーライス きゅうにゅう いりこ げんまいサラダ	むぎごはん ぎゅうにゅう たちうおのからあげ いそあえ えのきのすましじる	むぎごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのしょうが いため ふくじんづけあえ あさりのみそじる	
7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日
<たなばたこんだて> えだまめごはん ぎゅうにゅう いわしのいそあげ あますあえ そうめんじる たなばたゼリー	パインパン ぎゅうにゅう えびグラタン かいそうサラダ ミネストローネ	むぎごはん ぎゅうにゅう チキンなんばん ごまあえ なめこのみそじる	むぎごはん ぎゅうにゅう さばのみそに モロヘイヤのあおじそあえ かきたまじる	もすくどんぶり ぎゅうにゅう いりこ きゅうりのごまあぶら いため すいぎょうぎスープ
7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日
むぎごはん ぎゅうにゅう えだまめがんも おくらのうめかつおあえ いかだんごのすましじる れいとろみかん	あげパン(きなこあじ) ぎゅうにゅう ぎょかいのオイスターいため コンソメスープ	くらまいごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとレバーの ケッチャブがらめ じゃこあえ なすのみそじる	むぎごはん ぎゅうにゅう あじのバジルやき アーモンドサラダ トマトとレタスのスープ フローズンヨーグルト	むぎごはん ぎゅうにゅう いりこ とりにくのこうみやき なっとうあえ かぼちゃのみそじる
7月20日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日
むぎごはん ぎゅうにゅう わふうハンバーグ きんぴらごぼう しじみのみそじる	セルフフィッシュバーガー コッパン ホキフライ タルタルソース ぎゅうにゅう ポイルやさい コーンクリームスープ	むぎごはん ぎゅうにゅう さけのごまマヨネーズやき きゅうりのすのもの やさいとひじきのうまに		
7月27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日
むぎごはん ぎゅうにゅう チンジャオロース きりぼしだいこんのナムル ちゅうかスープ ラフランスゼリー	アーモンドトースト ぎゅうにゅう ツナサラダ ベーコンのスープに	むぎごはん ぎゅうにゅう とびうおのかばやき ゆかりあえ ぶたじる	タコライス ぎゅうにゅう グリーンサラダ とうふとワカメのスープ くだもの	