

ひづけ 日付	7月6日 (日)	7月7日 (月)	7月8日 (火)	7月9日 (水)	7月10日 (木)	7月11日 (金)	7月12日 (土)
あさ 朝	ショク 食パン イチゴジャム れんこんサラダ コーンスープ ギョウニウ 牛乳	ベイハン 米飯 チュウカハルサマ 中華春雨サラダ タケノコキンピラ 筍の金平 ミンシル 味噌汁 (里芋) ウメ 梅びしお ギョウニウ 牛乳	ショク 食パン りんごジャム スクランブルエッグ ヤングコーンのソテー ギョウニウ 牛乳	ベイハン 米飯 ダイコン 大根のくず煮 チンゲンサイ 青梗菜のおかか和え ミンシル 味噌汁 (じゃが芋) イッショク 一食たいみそ ギョウニウ 牛乳	コッペパン カブのコンソメ煮 ギョウニウ 牛乳	ベイハン 米飯 ナス 茄子の煮物 おろし納豆 ミンシル 味噌汁 (春菊) ギョウニウ 牛乳	ショク 食パン チョコクリーム かぼちゃのサラダ ヨーグルト ギョウニウ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 シロミ サカナ ハカタヤ 白身魚の博多焼き ツケ キンピラ 付) 金平ごぼう ふきの胡麻マヨサラダ ミンシル 味噌汁 (わかめ) アオ 青りんごゼリー	セレクト給食 ・ぶっかけうどん ・ぶっかけそうめん ナメシ 菜飯 カニカマの磯辺揚げ アイスクリーム	ベイハン 米飯 チキンカツ ツケ 付) マカロニのソテー センギ 干切りサラダ ミンシル 味噌汁 (おつゆ麩)	ミルクパン トリ 鶏ときのこの和風 スパゲッティ レンコ ミズナ メンタイ 蓮子と水菜の明太マヨ サラダ キャベツのスープ	ロコモコ丼 ブロッコリーのゴマ サラダ ハクサイ 白菜のスープ ココアプリン	ベイハン 米飯 レモンマリネチキン ゴーヤチャンプルー ハルサマ 春雨スープ ふりかけ (さけ)	ベイハン 米飯 サケ サイキョウヤ 鮭の西京焼き ツケ 付) インゲンの金平 ヘルシーサラダ すまし汁 (わかめ) ふりかけ (たらこ)
ゆう 夕	ベイハン 米飯 レンコンイ 蓮根入りつくね焼き (照り焼き) ツケ 付) スナップエンドウ のソテー キャベツの柚子和え ミンシル 味噌汁 (葉大根) ふりかけ (おかか)	ベイハン 米飯 ブタニク アツア 豚肉と厚揚げの キムチ炒め ほうれん草の胡麻和え ミンシル 味噌汁 (キャベツ)	ベイハン 米飯 シロミ サカナ ユズ コショウヤ 白身魚の柚子胡椒焼き ツケ イト アマカライタ 付) 糸コンの甘辛炒め オクラの磯辺和え ミンシル 味噌汁 (豆腐・わかめ) タカナツ 高菜漬け	ベイハン 米飯 ジャーマンオムレツ ツケ 付) ブロッコリー ポパイサラダ ガーリックスープ しそ昆布	ベイハン 米飯 豆腐 豆腐しんじょうの ヤサイ 野菜あんかけ モズクと胡瓜の酢の物 くだもの (バナナ) ふりかけ (野菜)	ベイハン 米飯 サバ ウメニ 鯖の梅煮 ツケ サトイモ ニモノ 付) 里芋の煮物 チンゲンサイ 青梗菜とコーンの 和え物 ミンシル 味噌汁 (なめこ) タカナツ 高菜漬け	ベイハン 米飯 ハッポウサイ 八宝菜 菜の花のオカカ和え しゅうまい
せいぶん 成分	I初* - 1779 kcal たんぱくしつ 73.7 g 脂質 58.3 g えんぶん 8.4 g	I初* - 1676 kcal たんぱくしつ 62.1 g 脂質 52.3 g えんぶん 7.5 g	I初* - 1677 kcal たんぱくしつ 72.6 g 脂質 52.7 g えんぶん 8.4 g	I初* - 1691 kcal たんぱくしつ 65.4 g 脂質 54.8 g えんぶん 9.5 g	I初* - 1628 kcal たんぱくしつ 70.5 g 脂質 47.5 g えんぶん 6.8 g	I初* - 1780 kcal たんぱくしつ 74.4 g 脂質 56.2 g えんぶん 8.1 g	I初* - 1791 kcal たんぱくしつ 75.1 g 脂質 51.8 g えんぶん 6.9 g

◎材料の都合により、一部献立の内容が変わることがあります。