

食事の前には石けんでしっかり手を洗い、
清潔なハンカチで拭きましょう。



1日(水) コーンピラフ

アスパラのベーコン炒め	かぼちゃサラダ
チーズ	タンドリーチキン

2日(木) ごはん **地産地消**

万願寺甘とうのチンジャオロースー	きゅうりのわかめ和え
枝豆	アジの甘酢かけ

舞鶴のさかな

3日(金) 麦ごはん

ポパイサラダ	りんごゼリー
コーン炒め	コロケ

ハヤシルウ

8日(水) わかめごはん

かんぴょうとちくわのサラダ	かぼちゃのそぼろ煮
抹茶わらび餅	いわしのかば焼き

舞鶴のさかな

9日(木) ごはん

春雨サラダ	オレンジ
白菜キムチ	春巻き

ニラ入りマーボー豆腐

10日(金) 麦ごはん **全曜日ほどカレーの日**

コーンサラダ	フルーツとゼリー
福神漬	かぼちゃひき肉フライ

ポークカレー

15日(水) 五目ごはん

玉ねぎの卵とじ	ひじきサラダ
みたらし団子	ちくわの磯辺揚げ

16日(木) ごはん、しそふりかけ

切干大根のごま和え	ピリ辛ごぼこん
黄桃缶	さばのみそ煮

17日(金) 麦ごはん **全曜日ほどカレーの日**

グリーンサラダ	レモンゼリー
福神漬	ささみカツ

夏野菜カレー

22日(水) チキンパエリア

ポークビーンズ	コールスローサラダ
ミニトマト	白身魚のバジル焼き



29日(水) キムチチャーハン

ほうれん草のナムル	フルーツ白玉
コーン炒り卵	揚げギョーザ

30日(木) ごはん **終業式 給食あり**

オレンジゼリー	きんぴらごぼう
パキパキきゅうり	ごまザンギ

ザンギとは、北海道の唐揚げのことです。

* 牛乳は毎日つきます。
* 毎日「マイはし」を持ってきましょう。
献立によりスプーンを用意します。

小松菜には骨や歯を強くするカルシウムがたくさん含まれています。
ごはんにかけて食べよう。

七夕献立

ごはんにかけて食べよう。

ごはんにかけて食べよう。