



7がつのこんだてひょう



げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
<p>★7月の地元産の食材</p> <p>白米、へしこ、とびうお、きゅうり、なす、水菜、トマト、とうもろこし、ズッキーニ、すいか、わかめ、だしじゃこなど今月もたくさんの地元産の食材が登場する予定です！</p>				
<p>★ナイフ・フォークを使います！</p> <p>12日は、6年生のテーブルマナー給食です。子どもたちが大きくなった時に、様々な人と関わることができるように、ナイフとフォークを使う食事を体験します。</p>				
<p>★伊根町のもずくでとろとろあんかけ！</p> <p>伊根もずくをごはんにかけていただく予定です！</p>				
<p>3</p> <p>変わり炊き込みごはん いり豆腐 野菜の煮浸し 夏野菜の豚汁</p>	<p>4</p> <p>ごはん からあげ スティックきゅうり 大豆のケチャップ風味 冬瓜のスープ</p>	<p>5</p> <p>さわやかへしこパスタ レモンドレッシングサラダ コンソメスープ メロン</p>	<p>6</p> <p>ごはん とり肉のマヨマスタード焼き 大豆のバター炒め 水菜のごま和え 玉ねぎのみそ汁</p>	<p>7 ★七夕こんだて★</p> <p>梅ごはん 天ぷら盛り合わせ (とび魚・かぼちゃ・なす) キャベツときゅうりの酢の物 七夕汁 パイン入りサイダーゼリー</p>
<p>10</p> <p>ごはん 麻婆なす 水菜のじゃこ炒め じゃがいものオープン焼き トマト</p>	<p>11</p> <p>とうもろこしごはん とび魚とラタトゥイユのオープン焼き 蒸しかぼちゃのタルタルソースかけ 豆腐のスープ すいか</p>	<p>12 ★6年テーブルマナー給食★</p> <p>手作りパン ハンバーグ にんじんの甘煮 じゃがいものオープン焼き 玉ねぎとピーツのポターージュ 豆乳プリン</p>	<p>13</p> <p>ごはん とり天 焼きなす じゃがいものきんぴら わかめ煮 すまし汁</p>	<p>14</p> <p>カラフルもずく丼 大豆の付け合わせ サラダ盛り わかめのみそ汁</p>
<p>17</p> <p>うみひ 海の日</p>	<p>18</p> <p>ジャージャー麺 もやしのナムル 中華スープ もちもちきなこ蒸しパン</p>	<p>19 ♪いーおランチ♪</p> <p>へしこ丼 みりん干し わかめときゅうりの酢の物 九条ねぎのみそ汁 三色白玉のあずき添え</p>	<p>20 終業式</p> <p>夏野菜カレー（黒米） ピクルス ほうじ茶わらびもち</p>	<p>夏休み 食べ過ぎや飲み過ぎ、 生活リズムなどに気を付けて、 元気に過ごしましょう！</p>

*献立内容は、学校行事、物資購入などの都合により、変更することがあります。ご了承ください。
*毎日、牛乳（200ml）がつかます。