

月		火	水	木	金
日付	給食のない学校・学年 その他の連絡	☆郷土料理、地場産物は <b>太字</b> になっています。 ☆毎月19日は食育の日です。	1 猿橋中2年生なし	2	3
(献立)		<b>地場産物</b> コシヒカリ アスパラガス きゅうり なす たまねぎ じゃがいも 青大豆 豆腐 厚揚げ あやめみそ	ソフトめん ツナとなすのトマトソース 枝豆フレンチサラダ 牛乳	菜めし 厚焼き玉子 まめまめサラダ トマト肉じゃが 牛乳	ごはん 厚揚げのオイスターソース炒め やみついきゅうり 中華卵コーンスープ 豆乳パンナコッタ (はちみつレモン) 牛乳
黄色の食品 (熱や力になる食品)		天候や生育状況により八百 屋さんからの納品になる場 合があります。	ソフトめん 油 砂糖 米粉	米 油 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 じゃがいも	米 油 砂糖 かたくり粉 じゃ がいも はちみつ
赤色の食品 (体をつくる食品)			牛乳 ツナ 大豆 白いんげん豆	牛乳 たまご <b>青大豆</b> 豚肉	牛乳 豚肉 厚揚げ かまぼこ たまご 豆乳
緑色の食品 (体の調子を整える食品)		※献立は都合により変更にな ることがあります。	にんにく <b>玉ねぎ</b> にんじん セロリー マッ シュルーム トマト パセリ なす キャベツ えだまめ とうもろこし	青菜 キャベツ パプリカ フロccoliー <b>玉ねぎ</b> にんじん こんにゃく トマト さやいんげん	たけのこ しめじ パプリカ <b>きゅうり</b> キャベツ しょうが <b>玉ねぎ</b> えのきたけ とうもろこし こまつな レモン
エネルギー			小: 645 kcal 中: 787 kcal	小: 654 kcal 中: 805 kcal	小: 618 kcal 中: 750 kcal
6		7 【七夕献立】	8	9	10 住吉小4年生なし
ごはん セルフ豚キムチ丼の具 中華もやし 豆乳坦々春雨スープ 牛乳	ごはん 星のチキンカツ きらきら寒天サラダ 天の川汁 七夕クレープ 牛乳	米粉パンインパン チーズオムレツ ブロッコリーのサラダ 米粉マカロニトマトスープ 牛乳	ハヤシライス (ごはん) マリンサラダ 個付チーズ 牛乳	ごはん ししゃもフライ チャンプルー もずくのみそ汁 牛乳	
米 油 砂糖 かたくり粉 はる さめ ごま	米 米パン粉 米粉 油 砂糖 じゃがいも はるさめ	米粉パン 油 砂糖 じゃがいも 米粉マカロニ	米 砂糖 ごま 油 じゃがいも 米粉 ごま	米 パン粉 小麦粉 油 じゃが いも	
牛乳 豚肉 みそ 鶏肉 大豆 豆乳	牛乳 鶏肉 豆腐 寒天 かまぼ こ 豆乳 大豆	牛乳 たまご チーズ ベーコン 大豆	牛乳 豚肉 大豆 わかめ かい そうめん チーズ	牛乳 ししゃも 豚肉 もずく 豆腐 大豆 <b>あやめみそ</b>	
にんじん 玉ねぎ キムチ なら キャベ ツ きゅうり もやし にんにく しょう が 椎茸 長ねぎ	キャベツ <b>きゅうり</b> えだまめ とう もろこし えのきたけ にんじん たけのこ オクラ こんにゃく レ モン	パン フロccoliー キャベツ にんじん とうもろこし にんにく <b>玉ねぎ</b> セロリー トマト パセリ	<b>玉ねぎ</b> にんじん しめじ トマ ト とうもろこし キャベツ に んにく	にんじん <b>玉ねぎ</b> パプリカ も やし キャベツ しめじ 長ねぎ	
小: 660 kcal 中: 815 kcal	小: 661 kcal 中: 789 kcal	小: 600 kcal 中: 764 kcal	小: 623 kcal 中: 753 kcal	小: 648 kcal 中: 796 kcal	
13	14 猿橋小6年生なし	15 猿橋小6年生なし	16	17 【食育の日献立】	
ごはん マーボー春雨丼の具 たまごワタンスープ ソーダフロート風ゼリー 牛乳	ごはん さばのカレー照り焼き 茎わかめのきんぴら ごまキムチ汁 牛乳	ゆで中華めん 生姜醤油ラーメンスープ 揚げ米粉餃子 きゅうりのピリ辛 牛乳	ごはん ハンバーグバーベキューソース アスパラのマヨネーズサラダ ジュリエンヌスープ 牛乳	ごはん あじの南蛮漬け のりナッツ和え <b>夏の小煮物</b> 牛乳	
米 油 砂糖 はるさめ 小麦粉 米粉 かたくり粉	米 油 砂糖 <b>じゃがいも</b> ごま	中華めん 油 ごま 米粉 砂糖 かたくり粉	米 油 砂糖 かたくり粉 <b>じゃ がいも</b> ノンエッグマヨネーズ ごま	米 油 砂糖アーモンド <b>じゃ がいも</b> かたくり粉	
牛乳 豚肉 大豆 みそ たまご 豆乳	牛乳 さば 豚肉 茎わかめ 油 揚げ みそ	牛乳 豚肉 なんと 昆布	牛乳 豚肉 鶏肉 ベーコン	牛乳 あじ のり 鶏肉 かまぼ こ	
にんにく しょうが にんじん <b>玉ねぎ</b> 椎茸 たけのこ ビーマン もやし しめ じ こまつな	ごぼう にんじん こんにゃく さやいんげん もやし キムチ なら	しょうが にんにく にんじん メ ンマ キャベツ もやし 長ねぎ こまつな なら <b>きゅうり</b>	にんにく しょうが りんご <b>アスパ ラガス</b> <b>玉ねぎ</b> にんじん キャベツ パセリ	<b>玉ねぎ</b> ブロッコリー もやし にんじん ごぼう にんじん 椎茸 たけのこ ゆう がお こんにゃく さやえんどう	
小: 631 kcal 中: 762 kcal	小: 630 kcal 中: 763 kcal	小: 643 kcal 中: 760 kcal	小: 611 kcal 中: 757 kcal	小: 604 kcal 中: 740 kcal	
20 海の日	21 佐々木小給食最終日	22 猿橋小・住吉小給食最終 日	23 御免町小給食最終日	24 猿橋中・佐々木中給食最終日	
	夏野菜カレー (ごはん) アーモンド入りカラフルサラダ 冷凍パイン 牛乳	とうもろこしごはん 枝豆コロケ 昆布和え 夏野菜豚汁 牛乳	ごはん 白身魚のチリソースがけ チャプチェ あさりとモロヘイヤのスープ 牛乳	オムライス (玉子シート) (ケチャップライス) 個袋ケチャップ フルーツ白玉 アスパラポトフ 牛乳	
	米 油 <b>じゃがいも</b> 砂糖 アー モンド 米粉 かたくり粉	米 油 砂糖 パン粉 小麦粉 <b>じゃがいも</b>	米 油 砂糖 かたくり粉 はる さめ	米 砂糖 油 <b>じゃがいも</b> もち 米	
	牛乳 鶏肉 豚肉 大豆	牛乳 昆布 豚肉 厚揚げ みそ	牛乳 たら 豚肉 あさり 豆腐	牛乳 ツナ たまご ベーコン ウインナー	
	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん トマト かぼちゃ スッキーニ フロccoli リー キャベツ とうもろこし パイン さつまいも	とうもろこし えだまめ <b>きゅうり</b> に んじん キャベツ <b>玉ねぎ</b> ゆうがお なす 長ねぎ	しょうが にんにく 長ねぎ にんじ ん もやし なら えのきたけ <b>玉ねぎ</b> メンマ とうもろこし モロヘイヤ	<b>玉ねぎ</b> にんじん ビーマン パイン みかん りんご ぶどう にんにく キャベツ <b>アスパラガス</b>	
	小: 681 kcal 中: 832 kcal	小: 633 kcal 中: 777 kcal	小: 598 kcal 中: 733 kcal	中: 762 kcal	