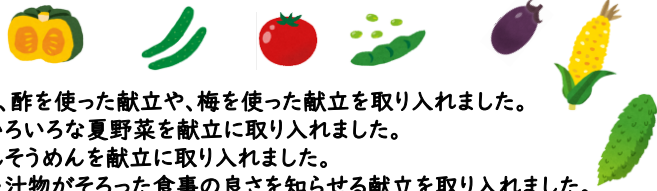
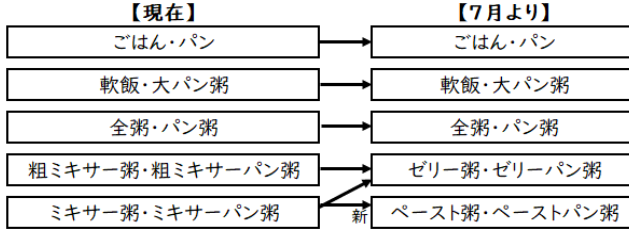


☆献立について

- 夏の暑さにまけない献立として、酢を使った献立や、梅を使った献立を取り入れました。
- 夏野菜がおいしい季節です。いろいろな夏野菜を献立に取り入れました。
- 7月7日の七夕にちなみ、すましそうめんを献立に取り入れました。
- 食育の日は、主食・主菜・副菜・汁物がそろった食事の良さを知らせる献立を取り入れました。
- 国際理解の献立として、エジプト原産のモロヘイヤを使ったムルキーヤ(モロヘイヤスープ)を取り入れました。
- 郷土料理の献立として沖縄県の料理を取り入れました。(ゴーヤチャンプルー・にんじんしりしり・シブイ汁)



< 主食の名称変更および形態変更について >
7月より主食の一部名称と形態を変更いたします。



4		5		6 郷土料理		7 行事食		8 国際理解	
韓国・朝鮮料理タッカルビを味わう		季節の食品(かぼちゃ)を味わう		沖縄県の郷土料理を味わう		七夕にちなみすましそうめんを味わう		エジプト料理を味わう	
<p>麦ごはん 精白米 米粒麦</p> <p>タッカルビ 鶏肉 じゃがいも キャベツ たまねぎ しょうが にんにく 米油 砂糖 ごま油 コチジャン</p>	<p>茎わかめスープ 茎わかめ もやし ねぎ はるさめ ごま油</p> <p>韓国風のりふりかけ のり ごま油</p> <p>牛乳</p>	<p>黒パン 精白米 米粒麦</p> <p>かぼちゃのスコップコロッケ かぼちゃ 豚肉 たまねぎ じゃがいも チーズ 米油 パン粉 パセリ</p> <p>牛乳</p>	<p>豆と野菜のスープ ウィンナーソーセージ キャベツ たまねぎ にんじん いんげん豆</p> <p>アップルコンポート</p> <p>牛乳</p>	<p>麦ごはん 精白米 米粒麦</p> <p>ゴーヤチャンプルー ゴロニアハム 豆腐 鶏卵 もやし にがうり にんじん にんにく ふ 削り節 米油 砂糖</p>	<p>にんじんのしりしり まぐろ油漬 にんじん 平さやいんげん ごま油</p> <p>シブイ汁 とうがん ねぎ こまつな えのきたけ しょうが</p> <p>牛乳</p>	<p>酢飯 精白米 砂糖</p> <p>五目ずしの具 油揚げ 凍り豆腐 にんじん ごぼう かんぴょう ごま 砂糖</p> <p>かぼちゃのふくめ煮 かぼちゃ オクラ 砂糖</p>	<p>すましそうめん そうめん うずら卵 鶏肉 にんじん こまつな みょうが しょうが</p> <p>水ようかん 小豆 グラニュー糖 寒天</p> <p>牛乳</p>	<p>ロールパン</p> <p>魚のパン粉焼き カレイ オリーブ油</p> <p>マハラバエイヤ 牛乳 砂糖 コーンスターチ</p>	<p>野菜ソース トマト たまねぎ トマトピューレー 米油 砂糖</p> <p>ムルキーヤ 豚肉 ベーコン モロヘイヤ じゃがいも たまねぎ にんじん コーン</p> <p>牛乳</p>
11		12		13		14		15	
香辛料が食欲を増すことを知る		新しょうがについて知る		季節の食品(とうもろこし)を味わう		夏野菜の特徴を知る		季節の食品(えだまめ)を味わう	
<p>五穀ごはん 精白米 五穀米</p> <p>夏野菜のカレー 豚肉 かぼちゃ たまねぎ にんじん なす ズッキーニ トマト しょうが にんにく 米油 小麦粉 マーガリン</p>	<p>ごま酢あえ 切干しいんこん きゅうり 茎わかめ ごま 砂糖</p> <p>プルーンはっこう乳</p>	<p>新しょうがごはん はいが米 しょうが 砂糖</p> <p>変わり五目豆 だいず 豚肉 凍り豆腐 じゃがいも 米油 にんじん ピーマン こんにゃく 砂糖</p> <p>牛乳</p>	<p>即席漬 キャベツ きゅうり</p> <p>みそ汁 豆腐 ふわかめ たまねぎ みそ</p> <p>牛乳</p>	<p>はいがごはん はいが身</p> <p>パーベキューソース炒め 牛肉 たまねぎ にんじん ピーマン にんにく 米油 砂糖</p>	<p>ゆでとうもろこし とうもろこし</p> <p>クリームスープ 鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 小松菜 牛乳 豆乳 脱脂粉乳</p> <p>牛乳</p>	<p>チーズパン</p> <p>夏野菜のスパゲティ スパゲティ まぐろ油漬 トマト たまねぎ なす ズッキーニ ピーマン にんにく オリーブ油 バジル</p>	<p>グリーンサラダ キャベツ きゅうり えだまめ 米油 砂糖</p> <p>フルーツジュレ みかん・りんご・パイナップル・黄桃缶 砂糖 寒天</p> <p>牛乳</p>	<p>麦ごはん 精白米 米粒麦</p> <p>ジャガマーボー 豚肉 大豆 じゃがいも たまねぎ にんじん 緑・赤ピーマン しょうが にんにく 米油 砂糖 みそ トウバンジャン てんぷん</p> <p>牛乳</p>	<p>ゆで枝豆 えだまめ</p> <p>卵とトマトのスープ 鶏卵 豆腐 豚肉 たまねぎ トマト しょうが はるさめ てんぷん</p> <p>牛乳</p>
18		19 食育の日		20		21		22 非常食体験	
海の日		暑さにまけない食事の組み合わせについて知る		だいたいの栄養について知る		季節の食品(小玉すいか)を味わう		非常食をご用意ください	
		<p>はいがごはん はいが米</p> <p>いわしのかば焼き いわし てんぷん 米油 しょうが 砂糖</p>	<p>梅肉あえ きゅうり 梅干し</p> <p>夏野菜のみそ汁 油揚げ かぼちゃ なす オクラ みょうが みそ</p> <p>牛乳</p>	<p>はいが食パン</p> <p>チリコンカーン 豚肉 だいず たまねぎ トマト缶 にんじん にんにく マカロニ 米油 小麦粉</p>	<p>野菜サラダ キャベツ きゅうり 砂糖</p> <p>冷凍パインアップル</p> <p>牛乳</p>	<p>とうもろこしごはん 精白米 とうもろこし</p> <p>肉じゃが 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん さやいんげん しょうが しらすき 米油 砂糖</p>	<p>沢煮椀 豚肉 にんじん ねぎ ごぼう みずな えのきたけ しょうが てんぷん</p> <p>小玉すいか</p> <p>牛乳</p>	<p>詳細については、別途配布されている文書をご確認ください。(給食はありません)</p>	