

8月学校給食献立予定表

日	曜日	献立名	牛乳	おかず	あかいろのなかま		みどりいろのなかま		きいろのなかま		ひとくちメモ
					ちやく・ほねになるもの たんぱくしつ 1群	むきしつ 2群	からだのちょうしをととのえるもの ビタミン(しょくもつせんい) 3群	しょうが にんにく 4群	ねつやちからになるもの たんすいかぶつ 5群	ししつ 6群	
23	火	なつやさいの カレーライス	○	カミカミサラダ スイカ	ぶたにく ツナ	牛乳 スキムミルク こなチーズ	トマト かぼちゃ あかパプリカ にんじん ごぼう こんにゃく	しょうが にんにく たまねぎ りんご なす スッキーニ きゅうり スイカ	こめ むぎ カレールウ さとう	あぶら マヨネーズ ごま	2学期もみんなで 楽しい給食時間を 過ごしま しょう! 
24	水	ぶたニラどん	○	モロヘイヤのスープ はるさめサラダ キウイフルーツ	ぶたにく ベーコン たまご ハム	牛乳	にら にんじん モロヘイヤ	にんにく もやし たまねぎ きゅうり キウイフルーツ	こめ むぎ さとう かたくりこ	あぶら ごまあぶら はるさめ	10月1日の旬は7~8月。 栄養価が高く、「野菜の王様」 と呼ばれています。
25	木	むぎごはん	○	とうがんのみそしる あじフライ わふうあえ れいとうみかん	かつおぶし にほし みそ あぶらあげ とうふ あじ	牛乳 のり	ほうれんそう にんじん	とうがん かいわれだいこん キャベツ もやし みかん	こめ むぎ こむぎこ さとう	パンこ あぶら タルタルソース	冬瓜の旬は7~10月。 夏野菜ですが冬まで 貯蔵できることから 冬瓜の名がつけました。
26	金	ひやしちゅうか	○	ワンタンスープ ブルーベリーむしパン♪	たまご ハム とりにく	牛乳	トマト にんじん にら	もやし きゅうり たまねぎ はくさい	めん ワンタン ミックスこ ジャム	ごまあぶら あぶら	冷やし中華続けます! 熱い希望にお応えしま した☆お楽しみに♪
29	月	★お誕生日給食★ チーズ フランスパン	○	ミネストローネ とりにくのマッシュポテトやき いんげんのソテー ひまわりキラキラゼリー	ベーコン とりにく 	牛乳 こなチーズ	にんじん トマト パセリ いんげん	にんにく たまねぎ セロリ しめじ とうもろこし キャベツ	パン マカロニ マッシュポテト ゼリーのもと	あぶら マヨネーズ	8月生まれのみなさん、 お誕生日おめでとう ございます!人気メニュー のおかずとゼリーで お祝いします☆
30	火	ガーリック トースト	○	かぼちゃボール のコンソメスープ ラタトゥイユ こぶたヨーグルト	ぶたにく	牛乳 ヨーグルト	パセリ にんじん トマト きパプリカ	にんにく たまねぎ はくさい なす スクッキーニ	パン かぼちゃボール	オリーブゆ バター あぶら	夏休み中、規則正しい 食生活を送ることが できていましたか?早く 生活リズムを戻そう!
31	水	むぎごはん	○	わかめとレタスのスープ チンジャオロースー もやしのごまソースあえ グレープフルーツ	とうふ ぶたにく	牛乳 わかめ	ピーマン あかパプリカ にんじん	しめじ レタス にんにく しょうが たけのこ もやし グレープフルーツ	こめ むぎ さとう かたくりこ	ごま ごまあぶら あぶら	ピーマンの旬は、6~ 8月。今日は、ピーマン が苦手な人も食べやすい 青椒肉絲です☆

*つごうにより、こんだてのないようをへんこうするばあいがあります。