

7月 こんだて ひょう わくわく献立表

しゅん た もの 旬の食べ物

おくら なす かぼちゃ ピーマン
レタス トマト すいか

こんげつ もくひょう 今月の目標

暑さに負けない しょくじ 食事をしよう!

1(月) とりにくのこうみやき すのもの まめまめみそしる	2(火) たらのレモンソース ごまドレサラダ ミネストローネ	3(水) じゃがぶたキムチ ちゅうかきゅうり わかたまスープ	4(木) カレーピラフ マカロニスープ	5(金) ほしがたコロッケ コーンサラダ たなばたじる マスカットゼリー <たなばたこんだて>
8(月) みかんどりメンチカツ ツナごぼうサラダ レタススープ	9(火) さけのしおこうじやき だいずのいそに とりごぼうじる	10(水) コッペパン ラトウイユふう にくだんご フレンチサラダ オニオンスープ ブラマンジェふう デザート <オリンピックこんだて>	11(木) あげギョーザ ナムル ちゅうかコーンスープ	12(金) ちくわのいそべあげ ごまマヨネーズサラダ みそけんちんじる
15(月) うみのひ 	16(火) ひやしうどん かぼちゃひきにく フライ ヨーグルト	17(水) ゴーヤチャンプルー ポテトサラダ すましじる	18(木) さばのこうみあげ ゆかりあえ きみのふるさと みそしる	19(金) なつやさいカレー フルーツポンチ

5日(金) たなばたセタこんだて

ことし きゅうしよく今年も給食のあちこちに☆がかけています。いくつ み見つけれ
れるかな?

10日(水) あじオリンピックこんだて~フランスの味~

いよいよ はじ始まるオリンピック。会場となるのはフランスの かいじょうパリで
すね。選手達 せんしゅたちが寝泊まりする選手村 ねとでは、フランス料理 せんしゅむらはもちろ
ん せかい世界各国の料理 りょうりが楽しめる たのそうです。

