

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
今月の世界の料理 6日フランス 7日南アフリカ他 16日ブラジル	30日 夏の山菜かき揚げ 手作りかんもち 山菜のすまし汁	31日 夏野菜のスパゲティ クラスマゼ2ね	1日 防災食 ドライフード 防災食 みそ玉	2日 ひひつのフリッター めずくスープ
表示の説明 上の段の数字 エネルギーkcal → 下の段の数字 たんぱく質 g →	641kcal 28.0g 鶏ひき肉 ひよこ豆 押し豆腐 おから 卵	628kcal 24.2g ベーコン 牛乳 トマト たまねぎ にんにく エリンギ ズッキーニ なす デラウェア ア	805kcal 28.1g みそ 鰯節 高野豆腐 ツナ 牛乳 わかめ かえり 煮干し 昆布	634kcal 26.0g 豚ひき肉 小町竹輪 豚もも肉 牛乳 ひじき パルメザン チーズ もずく にんじん 万能ねぎ ごぼう 干し椎茸 ゴーヤ もやし
お話給食 675kcal 34.9g 揚げ 鶏むね肉 牛乳 のり チーズ 万能ねぎ ミートマト 大根 えのき だけ ビーツ うどん 薄力粉 三温糖 春巻きの皮 米油	フランス料理 842kcal 30.1g 豚もも肉 牛乳 鶏むね肉 ウインナー パセリ にんじん トマト 生薬 たまねぎ にんにく きゃべつ なす ズッキーニ シェイン マスカット パン 薄力粉 じゃがいも パン粉 米油	アフリカ料理 608kcal 27.4g 鶏もも肉 牛乳 鶏むね肉 大豆 にんじん 赤ピーマン トマト モロヘイヤ ビーマン 生薬 たまねぎ にんにく きゃべつ なす ズッキーニ シェイン マスカット 精白米 麦 米油	1日早い重陽の節句献立 618kcal 28.7g 鶏もも肉 牛乳 鶏むね肉 大豆 みそ にんじん 小松菜 菊のり えのき だけ ねぎ 精白米 麦 三温糖 じゃがいも 白滝 米油	体育祭応援献立 720kcal 28.7g 鶏もも肉 牛乳 ヨーグルト 赤ピーマン トマト にんじん おくら にんにく たまねぎ なす 黄ピーマン きゃべつ きゅうり 精白米 麦 三温糖 じゃがいも ワンタンの皮 バター 米油
振替休業日（体育祭） 12日	3日遅れの十五夜献立 802kcal 31.9g 鶏ひき肉 豆腐 牛乳 ちりめんじゃこ こ 桜えびのり 小松菜 冬瓜 生薬 きゅうり 精白米 麦 濃粉 白玉粉 三温糖 ごま油 ごま	体育祭予備日献立 758kcal 25.2g ウインナー 牛乳 チーズ にんじん にんにく たまねぎ 大根 コーン きゃべつ きゅうり ブルー コッパ ン 上白糖 米油	体育祭予備日献立 687kcal 34.9g 豚もも肉 牛乳 鶏むね肉 豆腐 鶏むね肉 にんじん 小松菜 万能ねぎ ねぎ にんにく 生薬 もやし ねぎ 玉ねぎ 甲斐路 精白米 三温糖 でんぶん 米油	ブラジル料理 761kcal 26.4g ベーコン 豚こま肉 ウインナー うずら豆 豚もも肉 牛乳 にんじん トマト パセリ たまねぎ にんにく 巨峰 精白米 じゃがいも 春巻きの皮 薄力粉 米油