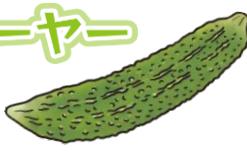
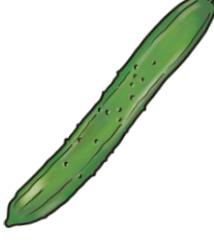
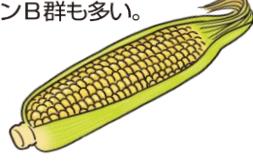
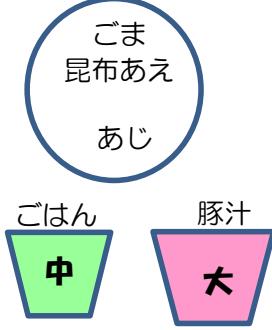
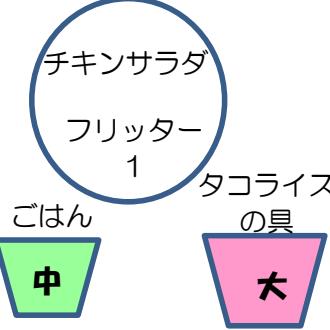
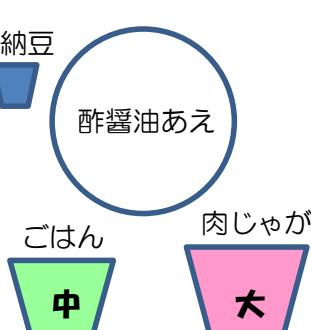
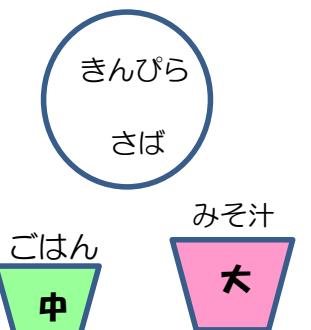
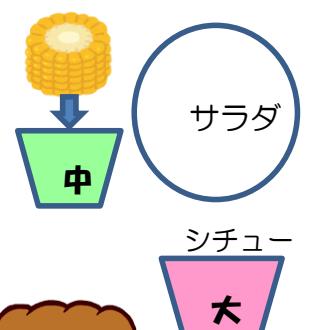
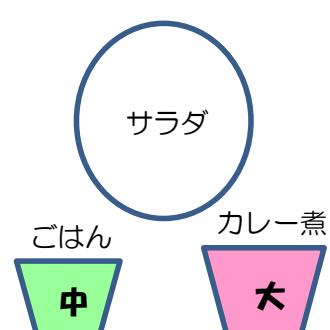
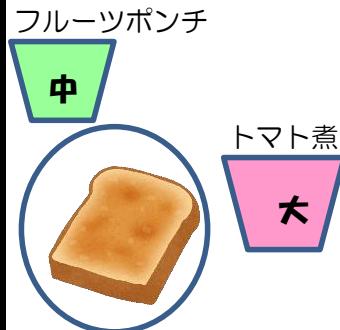
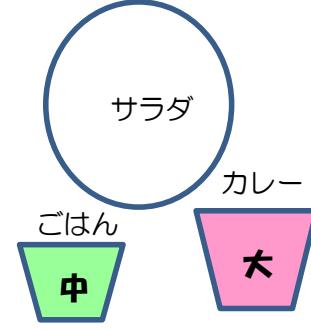
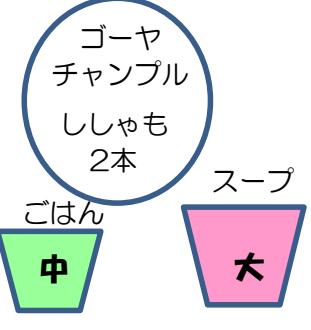


7月 給食カレンダー

月	火	水	木	金		
夏野菜を紹介します。7月の給食にも、様々な夏野菜が登場します。						
ゴーヤー  沖縄料理でよく使われる苦味が持ち味の野菜。 ビタミンCがたっぷり。	スッキニー  若い実を食べる。 水分がたっぷりで、暑さでぼてった体をいやしてくれる。	きゅうり 	とうもろこし  若い実を食べる。糖質の代謝を助けるビタミンB群も多い。	ピーマン  ビタミンCがたっぷり。熟した赤ピーマンもあるよ。	トマト  太陽のような赤い色。カロテンやビタミンCも多い。	かぼちゃ  じつは夏が旬。ビタミンA・C・Eの三拍子がそろったスーパー野菜。
日付 エネルギー たんぱく質 食塩相当量 (kcal) (g) (g)	1 811kcal 32.1g 2.3g 美味(おい)しあ献立 ごはん 牛乳 あじの南蛮漬け ごま昆布あえ 豚汁	2 801kcal 30.0g 2.3g ごはん 牛乳 棒ぎょうざ チンジャオロースー 中華とうがんスープ 冷凍パイン	3 814kcal 37.0g 2.4g なすのミートソーススパゲッティ 牛乳 チキンカツ コールスローサラダ	4 826kcal 31.5g 2.5g タコライス (ごはん、タコライスの具) 牛乳 白身魚フリッター チキンサラダ		
盛りつけ図 ○お椀2種類 (大…ピンク) (中…グリーン) ○皿1種類 あります。 ※牛乳は毎日提供されるため省略しています。	 中 大	 中 大	 大	 中 大		
7 835kcal 31.7g 3.4g 七夕献立 ミルクパン 牛乳 星型コロッケ 寒天入りヘルシーサラダ 星のたまごスープ	8 820kcal 30.4g 2.6g ごはん 納豆 牛乳 ピリ辛肉じゃが チンゲン菜の酢醤油あえ	9 794kcal 32.8g 2.0g ごはん 牛乳 11:30給食開始 さばの塩焼き 五目きんぴら 豆腐と小松菜のみぞ汁	10 830kcal 32.3g 2.2g 地元食材を味わおう とうもろこし 黒パン 牛乳 かぼちゃのシチュー レモンドレッシングサラダ ゆでとうもろこし	11 823kcal 31.6g 2.0g ごはん 牛乳 豆腐のカレー煮 小松菜サラダ		
 大	 中 大	 中 大	 中 大	 中 大		
地産地消強化週間（8日～11日）						
14 825kcal 33.0g 3.4g ガーリックトースト 牛乳 鶏肉とマカロニのトマト煮 湘南ゴールドフルーツポンチ	15 832kcal 29.5g 2.4g ごはん 牛乳 夏野菜のカレー こんにゃくサラダ	16 823kcal 30.0g 2.6g ごはん 牛乳 ししゃもから揚げ ゴーヤチャンプルー もずくスープ	17 860kcal 33.9g 3.1g はちみつパン 牛乳 ハンバーグトマトソース 粉ふきいも 米粉と豆乳のコーンポタージュ	9名の調理員と2名の洗浄員で、「安心・安全でおいしい給食」を合言葉に頑張ってきました。日々の給食写真をHPで紹介しているので、ぜひご覧ください。 夏休み後は、9月2日(火)からの予定です。夏休み中に、給食の用具(白衣やランチョンマットなど)の点検をお願いいたします。 		
 中 大	 中 大	 中 大	 中 大			