






予約変更 締め切り日	月	火	水	木	金
7/21	<p>牛乳は原則毎食つきます。 材料の都合などにより、 やむを得ず給食を変更する場合があります。 給食は予約なしでは食べられません。 期日内に忘れずに予約しましょう。</p>				1日
	<p><b>まいたけ</b></p>  <p>名前の由来は、発見したときに舞い上がるほど嬉しかったという説と、かさの形が舞っているように見えるからという説があります。</p>				カレーライス マカロニサラダ 白菜のスープ フルーツ
	4日	5日	6日	7日	8日
7/21	ごはん 厚揚げの塩麻婆 モヤシの豆板醤あえ 春雨のスープ	ごはん 魚のから揚げ キャベツの味噌炒め 中華風かき玉スープ	ごはん ピカタ 野菜のソテー キャベツとハムのサラダ ポトフ	ゆかりご飯 魚の天ぷら野菜あんかけ 塩昆布あえ 味噌汁	さつまいもご飯 豚肉のニンニク味噌炒め さつまい フルーツ
	I1和材 - 703 kcal たんぱく質 30.8 g 脂質 25.4 g 食塩相当量 2.6 g	I1和材 - 735 kcal たんぱく質 36.4 g 脂質 21.5 g 食塩相当量 3.3 g	I1和材 - 763 kcal たんぱく質 31.9 g 脂質 30.9 g 食塩相当量 2.9 g	I1和材 - 657 kcal たんぱく質 34.9 g 脂質 17.0 g 食塩相当量 2.2 g	I1和材 - 718 kcal たんぱく質 25.9 g 脂質 30.6 g 食塩相当量 2.1 g
	11日 (十五夜献立)	12日	13日	14日	15日 (遠足)
夏休みなので、 早くなります。	煎り菜飯 魚の香味油風味 里芋のとろみ汁 デザート お茶	あんかけやきそば ピリ辛ツナサラダ 中華スープ デザート	ピラフ フレンチサラダ 肉ボールスープ フルーツ	ごはん 肉じゃが おかかおえ たぬき汁 フルーツ	
7/21	I1和材 - 694 kcal たんぱく質 30.6 g 脂質 19.4 g 食塩相当量 3.7 g	I1和材 - 692 kcal たんぱく質 31.6 g 脂質 26.3 g 食塩相当量 4.3 g	I1和材 - 647 kcal たんぱく質 21.9 g 脂質 22.3 g 食塩相当量 2.4 g	I1和材 - 721 kcal たんぱく質 33.3 g 脂質 18.7 g 食塩相当量 2.9 g	
	18日	19日	20日	21日	22日
お彼岸		ごはん 豚のコチュジャン炒め 野菜のナムル カブと青梗菜のスープ	ごはん チキンカチャトラ イタリアンスープ デザート	豚キムチ丼 モヤシのゴマ酢あえ ワカメとエノキのスープ デザート	ごはん カボチャコロケ ラタトゥイユ 豆腐入りコーンスープ
9/6		I1和材 - 803 kcal たんぱく質 26.8 g 脂質 14.9 g 食塩相当量 2.9 g	I1和材 - 789 kcal たんぱく質 28.9 g 脂質 31.6 g 食塩相当量 1.9 g	I1和材 - 777 kcal たんぱく質 24.3 g 脂質 32.6 g 食塩相当量 2.9 g	I1和材 - 824 kcal たんぱく質 26 g 脂質 25.6 g 食塩相当量 2.2 g
	25日	26日	27日	28日	29日
9/13	ごはん 豚と春雨の炒め物 酸辣湯風スープ フルーツ	ごはん すき焼き煮 野菜のごま味噌和え わかめのすまし汁	ごはん 白身魚のフライ 野菜ソテー 人参のポタージュ フルーツ	ごはん 麻婆白菜 ピリ辛春雨サラダ キノコとわかめの卵スープ	わかめごはん 魚の七味焼き はりはり漬け のっぺい汁 フルーツ
	I1和材 - 714 kcal たんぱく質 28.1 g 脂質 22.1 g 食塩相当量 2.2 g	I1和材 - 748 kcal たんぱく質 29.2 g 脂質 31.1 g 食塩相当量 2.8 g	I1和材 - 897 kcal たんぱく質 32.3 g 脂質 38.6 g 食塩相当量 1.8 g	I1和材 - 700 kcal たんぱく質 30.1 g 脂質 22.5 g 食塩相当量 2.5 g	I1和材 - 639 kcal たんぱく質 28.7 g 脂質 19.3 g 食塩相当量 2.6 g