



表上: 7/1～7/8 表下: 7/9～7/17まで
記載しています。

あつ暑くなっています。ねっちゅえよう熱中症にならないよう、

こまめに^{すいぶん}水分をとるようにしましょう。

また夏は細菌性食中毒が多く発生する季節です。

こうおんたしつ
高温多湿をさける（増やさない）

しょくちゅうどくよぼう さんげんそく き つ
食中毒予防の三原則に気を付けましょう！

※休校や材料搬入業者の事情等により、献立や食材の変更が生じる場合があります。

※乳製品は★ イカ・タコは◆のマークをつけています。

※栄養価 中学部・高等部のエネルギー量を記載しています。中学部・高等部が1に対して、小学部低学年が約7割、小学部高学年は約8割です。

7/1(火)				7/2(水)				7/3(木)				7/4(金)				7/7(月)				7/8(火)			
【牛乳】				【牛乳】				【牛乳】				【牛乳】				【牛乳】				【牛乳】			
★牛乳				★牛乳				★牛乳				★牛乳				★牛乳				★牛乳			
【ごはん】				【豚みそ丼】				【ごはん】				【ごはん】				【ちらし寿司】				【ごはん】			
金賞健康米				金賞健康米				金賞健康米				金賞健康米				金賞健康米				金賞健康米			
【鶏肉のバーベキューソース】				豚ミンチ肉				【鯖の竜田揚げ】				【ふりかけ（やさい）】				酒				【野菜炒め】			
				玉葱												だし昆布							
鶏もも肉				にんじん				さば				やさしいふりかけ（いろいろやさい）				醸造酢				豚もも肉			
塩				たけのこ（水煮）				しょうが								さとう				にんじん			
酒				しめじ				こいくちしょうゆ				【豚肉のしょうが焼き】				塩				もやし			
にんにく				もやし				みりん				豚もも肉				高野豆腐				玉葱			
しょうが				青ねぎ				酒				玉葱				干し椎茸				キャベツ			
トマトケチャップ				にんにく				かたくり粉				しょうが				かつお昆布だし				ピーマン			
こいくちしょうゆ				しょうが				米揚げ油				酒				削り節				チキンコンソメ			
濃厚ソース				こいくちしょうゆ				【五目煮豆】				こいくちしょうゆ				うすくちしょうゆ				こいくちしょうゆ			
さとう				みそ								さとう				みりん				濃厚ソース			
醸造酢				みりん				大豆（水煮）				みりん				ちりめんじゃこ				オイスターソース			
【野菜スープ】				酒				刻み昆布				【ひじきのサラダ】				こいくちしょうゆ				塩			
				塩				ごぼう								にんじん				こしょう			
玉葱				こしょう				れんこん（水煮）				干ひじき				【鶏肉の照り焼き】				かぼちゃ（冷凍）			
にんじん				トウバンジャン				にんじん				かつお昆布だし				【鶏肉の照り焼き】				にんじん			
じゃがいも				さとう				板こんにゃく				だし昆布				鶏もも肉				ホールコーン（冷凍）			
キャベツ				ごま油				干し椎茸				削り節				こいくちしょうゆ				さんどまめ（冷凍）			
パセリ				かつお昆布だし				かつお昆布だし				酒				さとう				大豆（水煮）			
ホールコーン（冷凍）				だし昆布				だし昆布				みりん				酒				塩			
とりがらだし				かたくり粉				削り節				こいくちしょうゆ				みりん				こしょう			
とりガラ				【にんじんレモン風味】				うすくちしょうゆ				さんどまめ（冷凍）				たまりしょうゆ				醸造酢			
うすくちしょうゆ								こいくちしょうゆ								【七タのすまし汁】				さとう			
酒				鶏ささみ肉				さとう								【七タのすまし汁】				ノンエッグマヨネーズ			
みりん				にんじん				酒								鶏むね肉（皮付き）							
塩				玉葱				みりん								玉葱							
さとう				さんどまめ（冷凍）												うす揚げ							
かたくり粉				米油												えのきたけ							
【手作りいちごミルクプリン】				塩												オクラ							
★牛乳				こしょう												飾りにんじん							
いちごジャム				レモン汁												かつお昆布だし							
上白糖				醸造酢												だし昆布							
ルカンテンウルトラ				さとう												削り節							
水																うすくちしょうゆ							
																みりん							
																酒							
																塩							
																【七タゼリー】							
																七タデザート							

7/9(水)		7/10(木)		7/11(金)		7/14(月)		7/15(火)		7/16(水)		7/17(木)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【飲むヨーグルト】		【牛乳】		【野菜ジュース】																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳		★コアコアのむヨーグルト		★牛乳		きになる野菜 アップル&キャロット																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
【キムチチャーハン】		【ごはん】		【ごはん】		【ごはん】		【夏野菜のポークカレー】		【うな丼】		【ごはん】																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
金賞健康米 はくさい(キムチ漬け) 豚もも肉 玉葱 にんじん ピーマン しょうが にんにく 酒 ごま油 こいくちしょうゆ 中華スープの素 塩 こしょう	金賞健康米	金賞健康米	金賞健康米	金賞健康米	金賞健康米	金賞健康米	豚もも肉	金賞健康米	豚もも肉	金賞健康米	うなぎ(かば焼き)	金賞健康米	金賞健康米																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
		【魚のバジル焼き】	【カレー鶏じゃが】	【鶏もものすっぱ煮】	米油	米油	米油	にんにく	米油	にんにく	さとう	【鶏肉の唐揚げ】	【鶏肉の唐揚げ】																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
					玉葱	玉葱	玉葱	じゃがいも	じゃがいも	じゃがいも	にんにく			しょうが																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
					にんじん	にんじん	にんじん	生しいたけ	あつあげ	板こんにゃく	米油			かつお昆布だし	だし昆布	削り節	こいくちしょうゆ																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
		たら	鶏もも肉	鶏もも肉	鶏もも肉	だいこん	ごぼう	にんじん	かぼちゃ	グリーンピース(冷凍)	S&Bカレーフレーク(アレルギーフリー)	ハウスカレーフレーク(アレルギーフリー)	チキンコンソメ	ウスターソース	トマトピューレ	こいくちしょうゆ	濃厚ソース	赤ワイン	とうふ	わかめ	にんにく	さんどまめ(冷凍)	ちりめんじゃこ	こいくちしょうゆ	醸造酢	みりん	米油	白ごま																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												