

7月 予定献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>はやおき しよう!</p> <p>朝ごはんが おいしく たべられるよ!</p>	<p>食べるまえに</p> <p>せっけんで てあらいを!</p>	<p>水や</p> <p>むぎ茶</p> <p>こまめに水分ほきゅう</p>		<p>1日</p> <p>スイートポテト サラダ</p> <p>とんこつに</p> <p>しろごはん</p> <p>かいのこじる</p> <p>鹿児島県の味めぐり</p>
<p>4日</p> <p>ごしきあえ</p> <p>さんまのかばやき</p> <p>しそひじき</p> <p>もちむぎごはん</p> <p>むらくもじる</p>	<p>5日</p> <p>ミニトマト</p> <p>ようふうかきあげ</p> <p>わかめごはん(減量)</p> <p>ひやしうどん</p>	<p>6日</p> <p>あおじそドレッシング サラダ</p> <p>さかなのみかんソースやき</p> <p>コッペパン</p> <p>ようふうにこみ</p>	<p>7日</p> <p>たなばたゼリー</p> <p>すのもの</p> <p>コロケ</p> <p>たこめし</p> <p>そうめんじる</p> <p>たなばたランチ</p>	<p>8日</p> <p>すいか</p> <p>かみかみサラダ</p> <p>コッペパン</p> <p>ソーススパゲティ</p>
<p>11日</p> <p>きりぼしだいこんの あまずづけ</p> <p>なすのおとしあげ</p> <p>しろごはん</p> <p>とうおんじる</p>	<p>12日</p> <p>はすのさんばい</p> <p>かぼちゃのそぼろに</p> <p>しろごはん</p> <p>ぶたじる</p> <p>愛媛FCとのコラボメニュー</p>	<p>13日</p> <p>あおりんごゼリー</p> <p>(袋)タルタルソース</p> <p>ポイルやさい</p> <p>えびフライ</p> <p>うわぎりパン</p> <p>ジュリアンヌスープ</p> <p>セレクト給食(A献立)</p>	<p>14日</p> <p>かおりあえ</p> <p>さばのこうみやき</p> <p>あかまいごはん</p> <p>ぶたにくとやさいの いためもの</p>	<p>15日</p> <p>カシューナッツあえ</p> <p>きなこまめ</p> <p>しろごはん</p> <p>たにんどんのぐ</p>
<p>海の日</p> <p>18日</p>	<p>19日</p> <p>ごまずあえ</p> <p>ぶたにくのかりんあげ</p> <p>とうもろこしごはん</p> <p>さんぺいじる</p>	<p>13日</p> <p>れいとうみかん</p> <p>ポイルやさい</p> <p>わかどりのからあげ</p> <p>ぶたキムチごはん</p> <p>ジュリアンヌスープ</p> <p>セレクト給食(B献立)</p>	<p>終業式</p> <p>20日</p>	

考えてみませんか おやつ!

時間を決めて 量を決めて 栄養も考えて

水分ほきゅうは お茶で

今月は愛媛FCレディースの仲松叶美選手の勝負飯です。

にんにくが入ったスタミナ満点な豚汁です。

美味しくいただきます!

たま媛ちゃん

もう少しで夏休みですね。学校はお休みですが、早寝早起きを心がけましょう。

また、暑さに負けないよう、3食しっかりご飯を食べて、栄養をとりましょう。

そして、元気に2学期を迎えましょう!