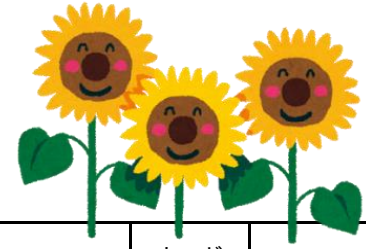


夏休み 献立表

夏休み中の給食は、食欲がなくなる暑い夏でも食べやすいように、人気のある献立がたくさん登場します。
学部別の登校日は、なるべく同じ献立にしています。夏休みに入っても、規則正しい生活を送りましょう。



※ 牛乳は毎日ついています。牛乳は赤の食品です。

が 月	ひ 日	よう び 曜日	こんだて めい 献立名	食 材 料			エネルギー		こんだて メッセ ージ
				あか しよく ひん 赤の食品 からだ をつくる えい よう 栄養に なる	き しよく ひん 黄の食品 からだ を動か すエネ ルギー になる	みどり しよく ひん 緑の食品 からだ の調子 を整え る	しよ う 小 (Kcal)	ちゆう こう 中 高 (Kcal)	
7	24	きん 金	カレーライス サラダ	ぶたにく スキムミルク	じゃがいも あぶら ごはん	たまねぎ にんじん にんにく グリンピース キャベツ きゅうり	-	803	【高等部 登校日】 香辛料の効いた食べ物は、食欲を増進させる働きがあります。
7	29	すい 水	カレーライス サラダ	ぶたにく スキムミルク	じゃがいも あぶら ごはん	たまねぎ にんじん にんにく グリンピース キャベツ きゅうり	663	-	【小学部 登校日】 本日のサラダは、マヨネーズ味です。
7	31	きん 金	パン かぼちゃのクリーム煮 野菜のマリネ	とりにく スキムミルク ぎゅうにゆう なまクリーム	パン じゃがいも あぶら	かぼちゃ にんじん たまねぎ グリンピース キャベツ たまねぎ いんげん	-	786	【高等部 登校日】 甘酸っぱい野菜のマリネは、暑い夏にぴったりです。
8	3	げつ 月	チキンライス 野菜スープ ゼリー	とりにく	ごはん マーガリン	たまねぎ にんじん しめじ とうもろこし もやし キャベツ だいこん えのきたけ さとう ゼラチン サイダー ゆず	606	734	【全校 登校日】 給食員さん手作りのシュワシュワゼリーです。
8	7	きん 金	ミルクパン 塩焼きそば わかめスープ ヨーグルト	ぶたにく わかめ とうふ ヨーグルト	ミルクパン ちゅうかめん あぶら ごまあぶら じゃがいも	もやし キャベツ たまねぎ にんじん レモン たまねぎ しめじ	640	-	【小学部 登校日】 ミルクパンは、少し甘い味がついたおいしいパンです。
8	20	もく 木	ごはん ミートローフ ポテトサラダ みそ汁	ぎゅうにく ぶたにく ぎゅうにゆう たまご みそ	ごはん パンこ じゃがいも マヨネーズ	たまねぎ にんじん グリンピース にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ もやし えのきたけ ねぎ	665	805	【全校 登校日】 ごはんやじゃがいもなどの黄の食品をしっかり食べて元気に体を動かしましょう。
8	21	きん 金	カレーライス サラダ	ぶたにく スキムミルク	じゃがいも あぶら ごはん	たまねぎ にんじん にんにく グリンピース キャベツ きゅうり	-	803	【中学部 登校日】 食欲がおちる暑い夏でも、おいしく食べられるカレーライスです。
8	25	か 火	パン かぼちゃのクリーム煮 野菜のマリネ	とりにく スキムミルク ぎゅうにゆう なまクリーム	パン じゃがいも あぶら	かぼちゃ にんじん たまねぎ グリンピース キャベツ たまねぎ いんげん	649	-	【小学部 登校日】 野菜のマリネは、すっぱくなりすぎないように調味します。
8	28	きん 金	ミルクパン 塩焼きそば わかめスープ ヨーグルト	ぶたにく わかめ とうふ ヨーグルト	ミルクパン ちゅうかめん あぶら ごまあぶら じゃがいも	もやし キャベツ たまねぎ にんじん レモン たまねぎ しめじ	-	776	【高等部 登校日】 塩焼きそばは、レモンの風味が効いたさっぱりとした味付けです。

食材料購入等の都合により献立を変更することがあります

