



月	火	水	木	金
<p>1 つめたいものの飲みすぎ 冷たいものの飲みすぎ や食べすぎに注意</p> <p>2 あさ朝ごはんをしっかり 朝ごはんをしっかり 食べよう</p> <p>3 なつやさい夏野菜をたくさん食べよう</p>				
<p>3 なつやさいのピリからいため</p> <p>こざかなの カレーがらめ</p> <p>ごはん</p> <p>はるさめ スープ</p> <p>牛乳</p>	<p>4 ゴーヤチップス</p> <p>パン</p> <p>かぼちゃいり ポークビーンズ</p> <p>牛乳</p>	<p>5 たなぼたにちなんで</p> <p>わかどりのうめみそやき</p> <p>きんぴら</p> <p>ごはん</p> <p>そうめんいり すましじる</p> <p>牛乳</p>	<p>6 やさいのこめこかきあげ</p> <p>れいとうおうとう</p> <p>れいめん たれ</p> <p>れいめん ちゅうめん</p> <p>れいめんのぐ</p> <p>牛乳</p>	<p>7 半夏生にちなんで</p> <p>ひじきのり つくだに</p> <p>ごはん</p> <p>たこのすのもの</p> <p>かぼちゃのそぼろに</p> <p>牛乳</p>
<p>10 地場産物(とうがん)を 使用した料理</p> <p>こまつなと しおこんぶの あえもの</p> <p>あじの なんばんづけ</p> <p>げんまいいりごはん</p> <p>とうがんじる</p> <p>牛乳</p>	<p>11 かくチーズ</p> <p>ノンエッグ マヨネーズ</p> <p>ツナサンド ソーイブレッド</p> <p>トマトスープ</p> <p>牛乳</p>	<p>12 季節の料理</p> <p>れいとうみかん</p> <p>かいそうサラダ</p> <p>なつやさいの カレーライス</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p>	<p>13 こまつなのナムル</p> <p>ぶたキムチ豆腐</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p>	<p>14 季節の料理</p> <p>みょうが すのもの</p> <p>ごはん</p> <p>さけのしおこうじやき</p> <p>なすのみそじる</p> <p>牛乳</p>
<p>17 海の日</p>	<p>18 こふきいも</p> <p>ぶたにくの ジンジャーソースかけ</p> <p>パン</p> <p>ビーンズスープ</p> <p>牛乳</p>	<p>19 終業式</p>	<p>いましゅん なつやさい きゅうしょく とうじょう 今が旬の夏野菜が給食に登場します。</p>	
<p>かぼちゃ ゴーヤ トマト きゅうり なす ピーマン みょうが オクラ とうがん</p>				

※ 手洗い、身支度をととのえてから準備しましょう。
 ※ 食器は正しい位置に置き、手に持って食べましょう。