

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
-----	-----	-----	-----	-----

# 令和4年 7月 献立表

献立テーマ「暑さに負けない体を作ろう」 高津学校給食センター

<p>副菜皿 主菜皿 ご飯食器 汁食器</p> <p>牛乳</p>	<p>副菜皿 主菜皿 カレー皿 汁食器</p> <p>牛乳</p>			<p>中華サラダ 青椒肉絲 ご飯 系かまスープ</p> <p>牛乳</p>
<p>4 ~保小中連携献立~ きゅうりの梅和え いわしのおかか煮 ご飯 鶏つくねのみそ汁</p> <p>牛乳</p>	<p>5 ~七夕献立~ 納豆和え 星のコロッケ セタゼリー 麦ご飯 セタ汁</p> <p>牛乳</p>	<p>6 ●マカロニサラダ 鶏肉となすのトマト煮 麦ご飯 野菜スープ</p> <p>牛乳</p>	<p>7 ねばねば野菜のおかか和え 鮭の塩こうじ焼き ご飯 鶏肉と野菜のみそ汁</p> <p>牛乳</p>	<p>8 ごぼうサラダ チキンメンチカツ ご飯 (小)ロールパン (中)コッペパンペペロチーノ 夏野菜のみそ汁</p> <p>牛乳 中学のみチーズ</p>
<p>11 ~全国味めぐり献立(沖縄県)~ シークワサーサラダ タコライス ご飯 もずくのスープ</p> <p>牛乳 黒糖</p>	<p>12 りっちゃんの元気サラダ アジの香味フライ 麦ご飯 とうふのみそ汁</p> <p>牛乳</p>	<p>13 ●バンサンスー エリンギのオイスター炒め 麦ご飯 チンゲンサイのスープ</p> <p>牛乳</p>	<p>14 切干大根のごまマヨ和え さばの照り焼き 梅ご飯 沢煮椀</p> <p>牛乳</p>	<p>15 ひじきのサラダ 揚げ鶏のレモンソースかけ ご飯 洋風スープ</p> <p>牛乳</p>
<p>18 海の日</p>	<p>19 ~益田の食育の日~ ぶどう(2こ) アーモンド和え 麦ご飯 夏野菜カレー</p> <p>牛乳</p>	<p>20 フレンチサラダ 豆腐ハンバーグ 麦ご飯 ●ふわふわスープ</p> <p>牛乳</p>	<p>21 キャベツのごま和え さごしの柚庵焼き ご飯 じゃがいものみそ汁</p> <p>牛乳</p>	<p>22 小松菜とツナの和え物 麻婆茄子 ご飯 厚揚げの中華スープ</p> <p>牛乳</p>