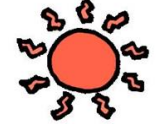


7がつ こんだてひょう



令和7年度 岩滝小学校

月	火	水	木	金
＼ 夏野菜を食べて暑さを乗り切ろう！ ／  ま真かっ赤なトマト、むらさきいろ紫色のなす、みどりいろ緑色のきゅうり、色とりどりのピーマンなど なつ夏にはたいよう太陽のひかり光をたくさん浴びて育った美味しい野菜がたくさんあります。 やさいこれらの野菜はすいぶん水分をたくさん含んでいるので野菜からも水分がとれ体温を下げてくれます。 がつ7月の給食にはたくさん夏野菜が登場します。しっかり食べて暑い夏を乗り切りましょう！ 				
 あつ暑い夏を げんき元気に乗り切ろう！ 	1日 はんげしょう半夏生メニュー たこめし ぎゅうにゅう牛乳 さばの竜田揚げ たくあんの和風和え とうふ豆腐のすまし汁	2日 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 九条ねぎのマヨみそ焼き フレンチサラダ カレー風味スープ	3日 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 チャプチェ チョレギサラダ にらたまスープ	4日 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 マーミナーチャンプルー おきなわ沖縄もずくスープ サーターアンダギー
7日 なつめ七タメニュー★ ごはん ぎゅうにゅう牛乳 ほしお星さまハンバーグ こまつな小松菜のおひたし たなばた七夕そうめん汁 たなばた七夕ミルクプリン New 	8日 わかめごはん ぎゅうにゅう牛乳 さかな魚のチリソース ちゅうか中華サラダ 臭だくさんまんぷくスープ	9日 てづく 手作りホットドック (コッペパン・ウインナー・キャベツのカレーソテー) ぎゅうにゅう牛乳 マカロニスープ すいか	10日 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 さわらのごまみそ焼き きゅうりのゆかり和え ごもくとうふ五目豆腐	11日 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 おからナゲット なつやさい夏野菜のカラフルマリネ コンソメスープ
14日 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 みそかつ ピーマンとキャベツの昆布和え わかめのすまし汁	15日 なすのミートソーススパゲティ ぎゅうにゅう牛乳 コロコロ豆サラダ オニオンスープ New	16日 ごはん ぎゅうにゅう牛乳 しおだいずのり塩大豆 からピリ辛きゅうり とうふ豆腐の酸辣湯	17日 なつやさい夏野菜カレー ぎゅうにゅう牛乳 ささみのレモン和え かんたん簡単クッキー	 「早寝・早起き・朝ご飯」で 元気に夏休みを過ごそう！  

*献立内容は学校行事、物資購入などの都合により、変更することがあります。ご了承ください。