

7がつ こんだてひょう



令和8年度 岩滝小学校

月	火	水	木	金
		1日 半夏生メニュー たこめし 牛乳 さばの竜田揚げ たくあん和え たまねぎのみそ汁	2日 ごはん 牛乳 チャプチェ ピリ辛きゅうり わかめスープ	3日 なすのミートソーススパゲティ 牛乳 ドレッシングサラダ オニオンスープ
6日 ごはん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ 梅和え 高野豆腐の卵とじ	7日 セタメニュー★ ごはん 牛乳 お星さまハンバーグ きゅうりのゆかり和え セタそうめん汁 みかんゼリー	8日 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) 牛乳 ABCスープ すいか	9日 ごはん 牛乳 夏野菜のみそだれ おかか和え 豆腐のすまし汁	10日 ごはん 牛乳 さわらのピザ焼き ささみのレモン和え ポトフ
13日 ビビンバ 牛乳 貝たくさんまんぷくスープ 冷凍みかん	14日 ごはん セレクト飲み物 かつおの甘辛がらめ 即席漬け かぼちゃのみそ汁	15日 ごはん 牛乳 マーミナーチャンプル(厚揚げ) のり塩大豆 沖縄もずくスープ	16日 夏野菜カレー 牛乳 キャベツのパペロンチーノ風 フルーツヨーグルト	17日 しゅうぎょうしき 終業式
	／ 夏野菜を食べて暑さを乗り切ろう！ ／ 真っ赤なトマト、紫色のなす、緑色のきゅうり、色とりどりのピーマンなど 夏には太陽の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。 これらの野菜は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。 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 なつ 暑い夏を げんきの 元気に乗り切ろう！

*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。