



がつ ひょう 7月のこんだて表

京丹後市立丹後小学校

月	火	水	木	金
	1	2	3	4
	①たこめし ②じゃがいものうま煮 ③きゅうりの酢もの物 ④トマト ⑤牛乳	①ごはん ②鶏肉のバーベキューソース ③キャベツとベーコンの洋風に煮 ④しめじのすまし汁 ⑤牛乳	①ごはん ②鶏肉のはりはりキムチ炒め ③ゆかり粉ふきいも ④豆腐のすまし汁 ⑤牛乳	①ごはん ②サモサ風春巻き ③コーンソテー ④トマトと卵のスープ ⑤牛乳
7	8	9	10	11
①ごはん ②厚揚げのみそ炒め ③七夕そうめん ④天の川ゼリー ⑤牛乳 【七夕】	①もぐもぐかり ②炒めビーフン ③切干大根のスー ④牛乳 【歯の日】	①ごはん ②トビウオのエスカベージュ ③ジャーマンポテト ④キャベツのスー ⑤牛乳	①タコライス ②マカロニスー ③冷凍パイ ④牛乳	①ごはん ②みそ肉じゃが ③きゅうりのごま酢和え ④スタミナ納豆 ⑤牛乳 (新メニュー)
14	15	16	17	18
①ごはん ②なすと鶏肉の ③ゆでとうもろこし ④にらたま汁 ⑤牛乳	①ごはん ②チキンアドボ ③フィリピン風ポトフ ④パインのサラダ ⑤牛乳 【世界の料理・フィリピン】	①ごはん ②サバの竜田揚げ ③キャベツの煮びたし ④豚肉とレタスのみそ汁 ⑤牛乳	①うずら卵入り ②梅ドレッシングサラダ ③すいか ④牛乳 【たんご・食の日】	①減量わかめ ②トマトバジルソースパスタ ③キャベツのソテー ④豆乳プリン ⑤牛乳

たんご・食の日 (17日)

毎月「たんご・食の日」には、丹後でとれる旬の地場産物や郷土料理を取り入れています。今月は、旬の夏野菜をたっぷり使ったカレーとサラダ、そしてデザートには丹後でとれたすいかがつきます。今月のたんご・食の日に使う地場産物は、特別栽培米、玉ねぎ、じゃがいも、かぼちゃ、なす、ピーマン、きゅうり、すいか、牛乳です。

