











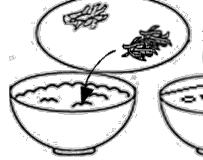


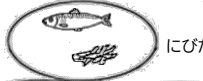




























しょうがっこう もりつけず

令和8年7月

食育センター 養正調理場

月	火	水	木	金
		<p>1 やさいサラダ </p>  <p>おまめとポテトのマヨネーズやき</p>  <p>キャベツのスープ</p> <p>〔主食〕 コッパパン(乳)</p>	<p>2 チンゲンサイのいためもの </p>  <p>とりにくとごうやどうふのチリソース</p>  <p>〔主食〕 むぎごはん わかめスープ</p>	<p>3 ぶたにくのこくとうやき </p>  <p>ゴーヤ チャンプルー</p>  <p>とうがんじる</p> <p>〔主食〕 むぎごはん</p>
<p>6 ちゅうかサラダ </p>  <p>カレーマーマーはるさめどんぶりのく</p>  <p>にらたまスープ(じよきよしょく)</p> <p>〔主食〕 むぎごはん</p>	<p>7 あゆのしおやき </p>  <p>にびたし</p>  <p>スイカ</p>  <p>あまのがわじる</p> <p>〔主食〕 えだまめひじきごはん</p>	<p>8 ごぼうのサラダ </p>  <p>▲チリコンカン(ノンミルク)</p>  <p>レタススープ</p> <p>〔主食〕 しよくパン(乳)</p>	<p>9 いかてんどん(たれべつづけ) </p>  <p>わふうサラダ</p>  <p>なすのみそじる</p> <p>〔主食〕 むぎごはん</p>	<p>10 きびなごのからあげ </p>  <p>とうもろこし</p>  <p>あつあげとだいこんのもの</p> <p>〔主食〕 もちげんまいごはん(のりつくだに)</p>
<p>13 たまごのおろしほんずかけ(たれべつづけ) </p>  <p>ブロッコリーのごまあえ</p>  <p>くたくさんじる</p> <p>〔主食〕 むぎごはん</p>	<p>14 じゃがいもとズッキーニのたじっこハニーソテー </p>  <p>あじのトマトソースかけ</p>  <p>コンソメスープ</p> <p>〔主食〕 くらコッパパン(乳)</p>	<p>15 ナムル </p>  <p>だいずとごぎかなのあげがらめ</p>  <p>ごもくらめンスープ</p> <p>〔主食〕 いっしょくラーメン</p>	<p>16 フルーツミックス </p>  <p>ウィンナーのてっばんやき</p>  <p>なつやさいカレー(乳)(じよきよしょく)</p> <p>〔主食〕 もちげんまいごはん</p>	<p>17 ちくわのいそべあげ </p>  <p>こまつなのあえもの</p>  <p>みそじる</p> <p>〔主食〕 たじっこうめのかつおごはん</p>
