

こんだてひょう

7月

月	火	水	木	金
7月平均栄養価 小 中 たんぱく質 26.8g 32.4g 脂 質 21.5g 24.8g 食塩相当量 2.2g 2.8g	1 カレーうどん ぎゅうにゅう 牛乳 いもだんご (小中1個) キャベツのばんばんじー 棒々鶏 725/861	2 ビビンバ丼 ぎゅうにゅう 牛乳 ユイミータン プリン 790/941	3 コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳 クリームシチュー ハンバーグ (小中1個) マカロニサラダ マイティソース 844/999	4 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁 (大根・なめこ) あつや たまご 厚焼き卵 (小中1個) ひじきの炒め煮 549/646
7 わかめごはん ぎゅうにゅう 牛乳 たなばたじる セタ汁 ほしがた 星型ハンバーグ (小中1個) きんぴらごぼう 637/765	8 しお 塩ラーメン ぎゅうにゅう 牛乳 あ 揚げぎょうざ (小2中3個) フルーツのヨーグルトあえ 705/916	9 キーマカレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 やさい 野菜のナムル くだものかん おうとう 果物缶 (黄桃) 714/875	10 こくとう 黒糖スライSPAN ぎゅうにゅう 牛乳 とりくやさい 鶏肉と野菜のトマトスープ メンチカツ (小中1個) ポテトサラダ 768/858	11 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁 (いも・わかめ) いわしのみそ煮 (小中1個) ほういこうろう 回鍋肉 657/773
14 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁 (白菜・玉ねぎ) さばのしおや 塩焼き (小中1個) にく 肉じゃが 676/792	15 ミートソーススパゲティ ぎゅうにゅう 牛乳 ミルぽてと (小2中3個) ブロッコリーサラダ バックドレッシング (かりごま) 737/919	16 ちゅうか 中華どんぶり ぎゅうにゅう 牛乳 はるま 春巻き (小2中3個) くだものかん (スライスパン) 果物缶 ※ほたて 642/924	17 ソフトフランスパン ぎゅうにゅう 牛乳 ポトフ かぼちゃコロッケ (小中1個) ツナサラダ いちごジャム 660/800	18 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 いもだんご汁 コーン焼売 (小2中3個) すぶた 酢豚 649/800
21 海の日	22 ちゃんぽんめん ぎゅうにゅう 牛乳 たこ焼き (小2中3個) くだものかん あまなつ 果物缶 (甘夏みかん) 726/774	23 ポークカレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 コーンサラダ オレンジゼリー 742/894	24 コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳 コーンスープ スコッチエッグ (小中1個) ほたて やさい ほたてと野菜のサラダ ※ほたて 725/962	25 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁 (もやし・人参) チキンみそカツ (小中1個) こうやに 高野煮 649/761

○献立は物資等の都合により、事前の連絡なく変更する場合があります。ご了承ください。

○Eメールは、lunch@town.yubetsu.lg.jpです。ご意見お待ちしております。

○給食費はすべて食材を購入するために使われています。未納とならないようお願いいたします。

○献立の  マークは、その日に使用を予定している地元産食材を紹介しています。

☆今月使用するほたては、地元 寺本商店 様から寄贈いただいたほたてです。地元の恵みに感謝しておいしくいただきましょう。

