

月

火

水

木

金

7月のこんだて



3 ^{やさい ひこんだて} 野菜の日献立

牛乳
ぎゅうにゅう

ミックスフルーツ

なつやさいカレーライス (むぎごはん)

ごはんにかけます

4

牛乳
ぎゅうにゅう

やさいのアーモンドいため

ちいさいパン (けんさんこむぎこ)

なすのミートソーススパゲッティ

5 ^{おきなわけん きょうどりょうり} 沖縄県の郷土料理

牛乳
ぎゅうにゅう

ゴーヤチャンプルー

ごはん

もずくスープ

6

牛乳
ぎゅうにゅう

ジャーマンサラダ

はいがパン

りんごジャム

ミネストローネ

7 ^{ぎょうじしよく たなばた} 行事食 七夕

牛乳
ぎゅうにゅう

たなばたゼリー

ちらしずし

ごはんにまぜます

そうめんじる

10 ^{こんだて} カミカミ献立

牛乳
ぎゅうにゅう

あつあげのからめに

ごはん

はっぼうさい

11

牛乳
ぎゅうにゅう

アーモンドいりこ

レバーのチリソース

パン

チョコだいちずクリーム

レンズまめとやさいのスープ

12 ^{ちゅうがくせい} 中学生レシピコンクール献立

牛乳
ぎゅうにゅう

ししゃもフライ

てつぶんもりもりふかがわめしふうまぜごはん

あいのしまさんわかめのみそしる

ごはんにまぜます

13

牛乳
ぎゅうにゅう

ツナのカレーポテト

くろざとうパン

ベーコンいりとうにゅうスープ

14

牛乳
ぎゅうにゅう

キャベツのじゃこいため

ごはん

ぶたにくとじゃがいものふくめに

17

うみのひ

18 ^{たのしみ} お楽しみ献立

牛乳
ぎゅうにゅう

れいとうみかん

チキンサンド (せわりパン)

パンにくをはさみます

パンプキンスープ

19 ^{はくいく ひ} 食育の日 ^{わしよくこんだて} 和食献立

牛乳
ぎゅうにゅう

キャベツのごまずいため

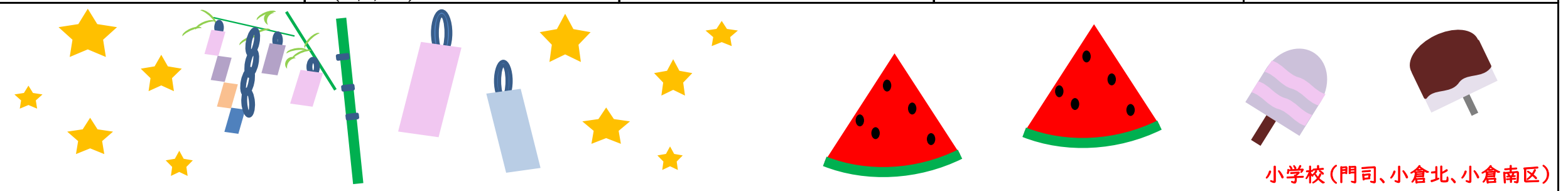
さばのさっぱり

ごはん

かきたまじる

20

しゅうぎょうしき



小学校(門司、小倉北、小倉南区)