

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	間の仲間 体になる	緑の仲間 調子を整える	黄色の仲間 熱や力のもとになる	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)		
13 (水)	ご飯(麦)・牛乳		☆牛乳		☆精白米・麦	792kcal 29.3g		
	いかの中華炒め	いか・みそ		さやいんげん・人参	玉葱・筍缶・☆しめじ		でん粉	食物油・ごま油
	うずらの卵	うずらの卵						
	コーンポテト				ホールコーン缶		☆じゃがいも	バター
	ワンタンスープ かつおふりかけ	豚肉	生わかめ	人参・☆小松菜	キャベツ・もやし・玉葱		ワンタンの皮	食物油・ごま油 ごま
14 (木)	ご飯(麦)・牛乳		☆牛乳		☆精白米・麦	770kcal 28.0g		
	焼きししゃも		ししゃも					
	かぼちゃのそぼろ煮	豚肉・鶏肉		かぼちゃ・人参	グリーンピース		でん粉	食物油
	みそ汁	あさり・みそ	生わかめ	☆小松菜	キャベツ			
	のりの佃煮 発酵乳		のり 発酵乳					
15 (金)	五目炊き込みご飯(麦)・牛乳	鶏肉・油揚げ	☆牛乳	人参	椎茸・グリーンピース	☆精白米・麦	804kcal 31.3g	
	魚の夏野菜ソース	さけ		トマト・ピーマン	玉葱・なす・ズッキーニ	でん粉		食物油・オリーブ油
	ポテトスープ	ベーコン		☆小松菜・人参	玉葱	☆じゃがいも		
	ゆでもろこし				とうもろこし			
19 (火)	ご飯(麦)・牛乳		☆牛乳		☆精白米・麦	782kcal 32.6g		
	ポテトの卵焼き(7-8)	鶏卵・むきえび	☆牛乳	かぼちゃ	玉葱		☆じゃがいも	食物油
	野菜のピーナツ和え	豚肉・ベーコン		☆小松菜	キャベツ			ピーナツ
	豚汁 果物	豆腐・豚肉・みそ		人参・☆葉葱	大根・ごぼう 果物		☆じゃがいも・こんにゃく	
20 (水)	バターロール型パン・牛乳		☆牛乳		パン	908kcal 29.3g		
	メキシカンポークソテー	豚肉	粉チーズ 脱脂粉乳	人参	☆しめじ・玉葱 グリーンピース		☆じゃがいも	食物油・バター
	フルーツゼリーのヨーグルト和え		ヨーグルト		パイン缶・もも缶・りんご缶 みかん果汁・ぶどうジュース		☆小麦粉	
	コーヒー牛乳の素		粉寒天				コーヒー牛乳の素	
21 (木)	スタミナ丼(麦)	鶏卵・うなぎ	☆牛乳	人参	玉葱・ごぼう	☆精白米・麦	814kcal 29.9g	
	油揚げ				グリーンピース・☆干し椎茸			
	みそ汁	みそ	生わかめ	☆小松菜		☆じゃがいも		
	果物				果物			
22 (金)	豚キムチ丼(麦)・牛乳	豚肉	☆牛乳	ピーマン・人参	白菜キムチ・玉葱	☆精白米・麦	食物油・ごま油	
	わかめスープ	かまぼこ	生わかめ	☆小松菜	根深ねぎ			
	アーモンドフィッシュ すいか		小魚		もやし・玉葱 ☆すいか	白ごま	アーモンド	
25 (月)	夏野菜カレー・牛乳 (ご飯・麦)	豚肉	☆牛乳 脱脂粉乳 粉チーズ	かぼちゃ トマト・人参	玉葱・なす グリーンピース	☆精白米・麦 ☆じゃがいも	食物油	
	フレンチサラダ				キャベツ・きゅうり レタス・ホールコーン缶	カレールウ	食物油	
	ミニトマト			☆ミニトマト				
	福神漬け			しその葉	大根・なす・れんこん		ごま	
	デザート		デザート					

【 お知らせ 】

☆ 県内産の食材

◆ 今月の給食は、16回の予定です。



学校給食で使用している小松菜は、三島市山田地区の杉本正博さん、しめじは川原ヶ谷地区の長谷川健一さん、葉葱は小沢地区の遠藤芳明さんの畑で栽培されたものです。トマトソースは、三島ときめき連絡協議会トマトグループの皆さんの畑で栽培されたトマトを加工したものを使用しています。
今月使用するじゃがいもは、「三島ばれいしょ」と呼ばれ、箱根西麓の山間地で栽培されたものです。すいかは、函南町の甘くて美味しい「平井のすいか」を使用します。
地元で収穫された野菜をたくさん食べましょう。