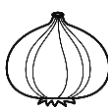


7月予定こんだて

	月	火	水	木	金											
	1 ごはん えのきのみそ汁 さばのみぞれ煮 海そうサラダ 牛乳	2 スープスパゲッティ ハムサラダ ベビーチーズ 牛乳	3 ごはん 中華スープ 焼きぎょうざ もやしのナムル 牛乳	4 コッペパン コンソメスープ 肉だんごケチャップ味 マカロニサラダ 牛乳	5 ごはん 豚汁 厚焼きたまご 切り干し大根の和え物 牛乳											
赤	油揚げ みそ さば ハム ひじき くわがめ こんぶ 牛乳	ウインナー ハム チーズ 牛乳	豆腐 とり肉 豚肉 牛乳	とり肉 豚肉 ハム 牛乳	豚肉 豆腐 みそ 卵 ちくわ 牛乳											
緑	玉ねぎ えのき 大根 キャベツ	玉ねぎ しめじ ほうれん草 人参 とうもろこし キャベツ きゅうり	とうもろこし たけのこ なら 長ネギ 干しいたけ キャベツ 玉ねぎ もやし きゅうり 人参	白菜 えのき 人参 長ネギ 玉ねぎ キャベツ きゅうり	玉ねぎ 人参 大根 ごぼう 長ネギ こんにゃく 切り干し大根 きゅうり											
黄	ごはん 砂糖	スパゲッティ パター 米油 小麦粉 砂糖 イタリアンドレッシング オリーブオイル	ごはん でん粉 砂糖 ごま油 ぎょうざの皮	パン 砂糖 マカロニ ごまドレッシング ごま油	ごはん じゃがいも 米油 砂糖 ごま油											
	8 わかめごはん 短冊汁 とりのから揚げ セタゼリー ジョア	9 焼きそば わかめスープ きなこプリン 牛乳	10 ごはん・ひじきのり 豆腐のみそ汁 信田煮 こんにゃくきんぴら 牛乳	11 チーズパン ミートボールスープ マカロニのクリーム煮 パイン 牛乳	12 ごはん マーボーじゃが 春雨サラダ 牛乳											
赤	わかめ 油揚げ とり肉 卵 ジョア	豚肉 豆腐 わかめ きなこ 牛乳	のり ひじき 豆腐 油揚げ みそ 卵 魚のすりみ さつま揚げ 牛乳	チーズ とり肉 豚肉 ウインナー 牛乳	豆腐 豚肉 みそ ハム 牛乳											
緑	大根 人参 長ネギ おくら	キャベツ 玉ねぎ ピーマン 人参 たけのこ しめじ 長ネギ	長ネギ 人参 ほうれん草 つきこんにゃく ごぼう いんげん	玉ねぎ 白菜 えのき 人参 長ネギ ほうれん草 とうもろこし パイン	人参 長ネギ たけのこ 干しいたけ キャベツ きゅうり											
黄	ごはん そうめん 砂糖 でん粉 小麦粉 米油 ゼリー	焼きそばメン 米油 ごま油 砂糖 でん粉 プリン	ごはん 春雨 ごま油 砂糖	パン でん粉 マカロニ 小麦粉 パター 米油 砂糖	ごはん じゃがいも 砂糖 ごま油 米油 でん粉 春雨											
	15 海のひ 	16 みそラーメン チーズはんぺんフライ ぶどうゼリー 牛乳	17 ごはん 厚揚げのみそ汁 ホッケの塩焼き もやしのカレー味サラダ 牛乳	18 黒糖パン ミネストローネ チキンナゲット ラーメンサラダ 牛乳	19 中華丼 ピリカラきゅうり さつまいもチップス 牛乳											
赤		豚肉 みそ はんぺん チーズ 牛乳	厚揚げ みそ ホッケ ハム 牛乳	ベーコン とり肉 ハム 牛乳	豚肉 えび いか 牛乳											
緑		もやし 玉ねぎ 白菜 メンマ 人参 長ネギ	玉ねぎ 人参 もやし きゅうり	玉ねぎ 人参 トマト パセリ キャベツ きゅうり	白菜 玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり											
黄		ラーメン ごま油 米油 ゼリー	ごはん じゃがいも 米油 オリーブオイル 砂糖	パン じゃがいも 砂糖 米油 でん粉 ラーメン ごまドレッシング ごま油	ごはん 麦 米油 ごま油 砂糖 でん粉 さつまいも 植物油脂											
	22 エビピラフ ウインナースープ ほうれん草オムレツ 牛乳	23 わかめうどん ごまポテトサラダ アーモンドフィッシュ 牛乳	24 ごはん じゃがいものみそ汁 肉だんご 水菜のいそ和え 牛乳	25 ブランパン 十勝ロイヤルマンガリッツァ豚の ウインナーソーセージ コーンスープ イタリアンサラダ・牛乳	26 ポークカレーライス ミックスフルーツ 牛乳											
赤	えび ウインナー 卵 牛乳	とり肉 わかめ 小魚 牛乳	厚揚げ みそ とり肉 豚肉 ハム のり 牛乳	ウインナーソーセージ ベーコン チーズ 牛乳	豚肉 ヨーグルト 牛乳											
緑	玉ねぎ 人参 いんげん 白菜 ほうれん草	大根 玉ねぎ ごぼう 人参 長ネギ 干しいたけ キャベツ	玉ねぎ もやし 水菜	玉ねぎ とうもろこし パセリ キャベツ きゅうり 人参	玉ねぎ 人参 黄桃 みかん パイン ナタデココ											
黄	ごはん でん粉 パター 米油 砂糖	うどん じゃがいも ごまドレッシング ごま油 砂糖 アーモンド ごま	ごはん じゃがいも パン粉 植物油脂 砂糖 ごま油	パン 小麦粉 パター 砂糖 イタリアンドレッシング オリーブオイル	ごはん 麦 じゃがいも 小麦粉 パター 米油 はちみつ											
	<table><tr><td>一食あたりの 平均値</td><td>小学生</td><td>中学生</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>662Kcal</td><td>814Kcal</td></tr><tr><td>たんぱく質</td><td>24.9g</td><td>30.2g</td></tr><tr><td>脂 質</td><td>21.1g</td><td>24.5g</td></tr></table>	一食あたりの 平均値	小学生	中学生	エネルギー	662Kcal	814Kcal	たんぱく質	24.9g	30.2g	脂 質	21.1g	24.5g	こん げつ じ ば さん ひん 今月の地場産品  たまねぎ   ぶたにく じゃがいも	7月の食育目標 朝ごはんを食べよう ☆朝ごはんの効果☆  体や脳の エネルギーになる 5  体温が上がる  脳の働きを活発に する  排便を促す	☆7月25日(木)はまくべつの恵み給食☆ 十勝ロイヤルマンガリッツァ豚のウインナーソーセージ 今年度は、まくべつの恵み給食を7月・9月・10月・11月の 4回にわたって実施します！ 第1回目の7月25日は、十勝ロイヤルマンガリッツァ豚の ウインナーソーセージを提供します。美食の国ハンガリーの 国宝に認定されるマンガリッツァ豚は、アジアで初めての成功例 となる生体輸入により、2016年に十勝にやってきました。 その後、幕別町内の農場において繁殖、飼育に成功し生まれた のが「十勝ロイヤルマンガリッツァ豚」です。脂の融点が低く、 口の中に入れた瞬間にさらっととけるような食感が特徴です。 今回の給食は、十勝ロイヤルマンガリッツァ豚を手掛ける 丸勝様の「子どもたちに、地元にとてもおいしい豚肉がある ことを知ってほしい！」という思いから、給食用に特別に 作られたウインナーソーセージを提供することが実現しました。
一食あたりの 平均値	小学生	中学生														
エネルギー	662Kcal	814Kcal														
たんぱく質	24.9g	30.2g														
脂 質	21.1g	24.5g														
赤	～おもに体をつくる食べもの															
緑	～おもに体の調子をととのえる食べもの															
黄	～おもにエネルギーのもとになる食べもの															

※材料の都合上、献立を変更することがありますのでご了承ください。
 ※材料や調味料、アレルギー表示を記載した詳しい献立表を、各学校に配布しています。
 希望されるご家庭はお知らせください。