

6月29日 月曜日	6月30日 火曜日	7月1日 水曜日	7月2日 木曜日	7月3日 金曜日
--------------	--------------	-------------	-------------	-------------

【 光ヶ丘小学校 】

献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
黒糖パン	メキシカンライス	豚丼	ごはん	冷やしきつねうどん
タンドリーチキン	寒天サラダ	切干大根のサラダ	鯖のゆずみそかけ	いかとさつまいものかりん揚げ
ゆで野菜のごまサラダ	和風マカロニスープ	どさんこ汁	おかか和え	ナタデココフルーツポンチ
青大豆のポタージュ	乳酸菌飲料	冷凍みかん	かきたま汁	大豆小魚
小魚	黒糖大豆	小魚	福々豆	

【 酒井根小学校 】

献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
枝豆ごはん	黒パン	豚キムチ丼	スパゲッティトマトソース	ごはん
鯖の照り焼き	白身魚のトマト煮	ナムル	ひじきサラダ	鯖の葱味噌かけ
ゴマ和え	わかめスープ	五目スープ	手作リスコーン	ゴマ和え
じゃが芋のみそ汁	フルーツ白玉	冷凍白桃	小魚	肉豆腐
	いり大豆			すいか
				いり大豆

【 酒井根西小学校 】

献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
スパゲッティトマトソース	テーブルロール	ご飯	キムチチャーハン	枝豆ご飯
切干し大根のサラダ	なすのミートグラタン	鯖の味噌煮	もやしと春雨のサラダ	小アジのから揚げ
チョコチップスコーン	すき昆布サラダ	小松菜とたくあんのごまあえ	にらたまスープ	カレーきんぴら
大豆小魚	千切り野菜のスープ	すまし汁	小玉すいか	キャベツの味噌汁
	いり大豆	冷凍みかん	砂糖大豆	アーモンド小魚
		大豆小魚		

【 豊小学校 】

献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ごはん	シーフードピラフ	ごはん	焼き豚とエビのチャーハン	きな粉揚げパン
ししゃもの磯辺上げ	鶏肉と大豆のトマト煮	手作りふりかけ	豆腐チゲ	マセドアンサラダ
わかめと胡瓜のゴマサラダ	カシューナッツ	鮭の塩焼き	とうもろこし	トマトスープ
大根の味噌汁	冷凍パイン	切干大根のうま煮	大豆小魚	アーモンド
黒糖大豆		えのきの味噌汁	ヨーグルト	冷凍りんご
すもも		青のり大豆		

【 酒井根東小学校 】

献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ごはん	ツナピラフ	和風ツナスパゲティ	ごはん	ごはん
さばのみそ煮	ホキと大豆のケチャップ煮	コーンとひよこ豆のサラダ	なすと豆腐の中華煮	ししゃもの磯辺揚げ
おかかあえ	豆腐とわかめのスープ	ミートパイ	春雨サラダ	切干大根の煮物
かぼちゃの団子汁	メロン	小魚	フルーツポンチ	ごま仕立てのみそ汁
さくらんぼ	小魚		いり大豆	すいか
小魚				福々豆

6月29日
月曜日6月30日
火曜日7月1日
水曜日7月2日
木曜日7月3日
金曜日

【 光ヶ丘中学校 】

献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ゆかりご飯	ご飯 カルチャン佃煮	たらこスパゲティ	雑穀ごはん	野沢菜じゃこ炒飯
カシューナッツの揚げ煮	鯖のタンドリー焼き	しめじサラダ	鮭の南部焼き	スイートポテト包み揚げ
パリパリサラダ	磯ポテト	トマトスープ	おろし和え	キムチスープ
五目スープ	けんちん汁	豆腐ドーナツ	そうめん汁	もやしナムル
すいか	切り干し大根旨煮		カレー金平	
	オレンジゼリー		大豆小魚	

【 酒井根中学校 】

献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名	献立(料理)名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ご飯	ブドウパン	中華丼	ハチミツレモントースト	ご飯
小鰯のかりかり揚げ	海老と豆のクリーム煮	ごぼうナッツ	青大豆とひじきのマリネ	鰯の梅煮
辛子和え	すき昆布のサラダ	ワカメとうずら卵のスープ	じゃが芋のチーズ煮	おかか和え
炒り鶏	すいか	フルーツポンチ	ヨーグルト	大学芋
味噌汁				味噌汁
手作りオレンジゼリー				