

# 7月



## きだしょうがっこう

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
| <p>じゃがいものきんぴら</p> <p>アジのなんばんづけ</p> <p>岐福(ぎふ)みそしる 1日</p> <p>エネルギー 603kcal 塩分 1.8g</p>   | <p>きりぼしだいこんのちゅうかいため</p> <p>こうやどうふいりすぶた</p> <p>はるさめのスープ 2日</p> <p>エネルギー 601kcal 塩分 2.3g</p> | <p>もやしソテー</p> <p>えだまめのしおゆで</p> <p>ソフトめん ツナマトソース 3日</p> <p>エネルギー 612kcal 塩分 1.9g</p> | <p>ちらしごはん きんしたまご</p> <p>こいワシのからあげ</p> <p>たなばたゼリー</p> <p>あまのがわべいめんじる 4日</p> <p>エネルギー 637kcal 塩分 1.8g</p>  |
| <p>だいこんサラダ</p> <p>とりにくのレモンソース</p> <p>くるパン ポテトスープ 7日</p> <p>エネルギー 627kcal 塩分 2.2g</p>   | <p>キャベツのあまずあえ</p> <p>ぶたにくのスタミナやき</p> <p>きりぼしだいこんのみそしる 8日</p> <p>エネルギー 584kcal 塩分 1.9g</p>  | <p>あつやきたまご</p> <p>にくじゃが</p> <p>とうがんのカレーじる 9日</p> <p>エネルギー 594kcal 塩分 1.7g</p>       | <p>シューマイ</p> <p>あつあげのオイスターソースいため</p> <p>ジャージャーめん</p> <p>いっしょくちゅうかめん 10日</p> <p>エネルギー 551kcal 塩分 1.9g</p> |
| <p>まめのサラダ</p> <p>さかなのフライ</p> <p>コッペパン ミネストローネ 14日</p> <p>エネルギー 582kcal 塩分 2.6g</p>   | <p>おかかあえ</p> <p>おやこどんぶり</p> <p>じゃがいものみそしる 15日</p> <p>エネルギー 593kcal 塩分 2.2g</p>             | <p>ちゅうかいため</p> <p>ゴーヤのあまからに</p> <p>マーボー豆腐 16日</p> <p>エネルギー 628kcal 塩分 1.9g</p>      | <p>まめのマリネ</p> <p>ふくじんづけ</p> <p>カレーライス 17日</p> <p>エネルギー 633kcal 塩分 2.2g</p>                               |
| <p>★ ★ たなばた きょうじしよく -七タと行事食- ★ ★</p> <p>7月7日は、七夕です。この日は、天の川の兩岸にある「ひこぼし(わし座のアルタイル)」と「おりひめ(こと座のベガ)」が、年に一度だけ会うことができるといふ伝説から生まれた星祭りの行事です。七夕には、短冊に願い事を書いて笹に飾りつけたり、そうめんを食べたりする習慣があります。</p> | <p>まいつき19日は<br/>「しょくいくの日」</p> <p>しょくについて<br/>かんがえる日です。</p>                                 | <p>鉄分(てつぶん)が多いこんだての日</p> <p>食物(しょくもつ)せんいが多いこんだての日</p> <p>(にほんがたしよく)「日本型食事」の日</p>    |  |

あじのたび

こけつは「あじのたび」です。

