



# 7月のこんだてひょう



まいづるしりつたかのしょうがっこう  
舞鶴市立高野小学校

こんげつ  
今月の  
きゅうしょくもくひょう  
給食目標

「食事のバランスを考えよう！」

☆牛乳  は毎日つきます

## 「いただきます！まいづるの日」 の取組

20日(月)の給食は、舞鶴でとれたトビウオやわかめ、かぼちゃ、万願寺甘とうを使って作ります。実際に地元の魚や野菜を使うことで、舞鶴の食材の良さやおいしさを知り、地産地消に興味を持つきっかけになるといいですね。

6日(月)		7日(火)		8日(水)		9日(木)		10日(金)	
ごはん サバの ピリ辛みそ煮 かぼちゃのそぼろ煮		ドライカレー 星形ハンバーグ ちくわとわかめの スープ セタゼリー		国産小麦パン フライドチキン じゃがいもの カレースープ		麦ごはん 肉じゃが 小松菜のごま和え		ココア揚げパン 切干大根のごま和え サンラータン お酢が入った スープです	
13日(月)		14日(火)		15日(水)		16日(木)		17日(金)	
ごはん イワシのかば焼き 小松菜と油揚げの みそ汁		五目チャーハン ちくわと万願寺甘とう の炒め煮 春雨スープ		黒糖パン かぼちゃと万願寺甘とう のミートグラタン ミネストローネ		麦ごはん ナス入り マーボー豆腐 大豆と煮干しの 揚げ煮		パン カレービーンズ コーンサラダ	
20日(月)		21日(火)		22日(水)		23日(木)		24日(金)	
ごはん トビウオのフライ 万願寺甘とうの 塩昆布炒め かぼちゃのみそ汁		チキンライス かんばんようサラダ コーンスープ		ミルクパン 白身魚の 香草パン粉焼き 玉子スープ		海の日		スポーツの日	
27日(月)		28日(火)		29日(水)		30日(木)		<b>今月の地場産物</b> 13日 イワシ 20日 トビウオ 舞鶴わかめ 1・14・15・20・30日 万願寺甘とう 20日 かぼちゃ	
ごはん 豚肉のかりん揚げ 豆腐のみそ汁 味付けのり		こぎつねごはん 鶏肉の 大根おろしソース 玉ねぎのみそ汁		国産小麦パン チリコンカン ウインナーと野菜の スープ		麦ごはん 夏野菜カレー フルーツパンチ 福神漬け			

\* 警報発表や休校により給食が中止になった場合、献立を変更することがあります。ご了承ください。