

令和7年

7月8月 給食だより

香美町立
香住学校給食センター
(TEL36-0686)

月	火	水	木	金
6/30 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ハンバーグのトマトソース ゆばと海藻のマリネ とうにゅう 豆乳スープ 🍷 ハッピーマンデー 🍷	1 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ゆーりんちー 油淋鶏 ごぼうサラダ とうがん ちゅうか 冬瓜の中華スープ	2 ちようしよく <u>朝食おすすめメニュー</u> ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さわらのさんみや サワラの三味焼き いた ちゅうか 炒めビーフン なつ しる 夏カレーみそ汁 れいとう 冷凍パイン	3 たなばたこんだて <u>七夕献立</u> ひじきごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ほし 星のコロッケ だいこん 大根サラダ あま がわ 天の川すまし	4 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 かぼちゃのチーズ焼き スタミナサラダ ワンタンスープ
7 <u>カミカミの日</u> ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 こうみあ アジの香味揚げ ひねボン じゃがいものうま煮	8 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 にく なんばん とり肉の南蛮づけ カレーポテト みそけんちん汁	9 むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ぎょうざのす ぎょうざの酢じょうゆ あんにん すいか杏仁 あつあ ちゅうか 厚揚げの中華煮	10 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さけ しお 鮭の塩レモン焼き くき 茎わかめのきんぴら かぼちゃのポタージュ	11 キムチごはん ぎゅうにゅう 牛乳 コーンフライ きゅうりのす もの きゅうりの酢のもの もずくとたまご もずくと玉子のスープ
14 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ハニーマスタードチキン ゆかりあえ なつやさい 夏野菜のトマト煮	15 <u>とと 魚の日</u> ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 トビウオのいそべフライ オクラのおかかあえ なつだいこん 夏大根のチゲ煮 《香美町魚食普及事業》	16 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ねぎたまや ねぎ玉焼き ぎゅうにく 牛肉とピーマンの炒め物 じゃがいものみそ汁 れいとう 冷凍みかん	17 むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 なつやさい 夏野菜チキンカレー パンサンズー ゆでとうもろこし	18 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 サバのみそ煮 ピーマンのこぶ ピーマンの昆布マヨ おろし汁
 おすすめ! 朝ごはんレシピ あさ 脳の働きが活発に! 体温が上がって活動しやすくなる! 腸が刺激されて便秘の予防・解消! 朝ごはんの効果  				
9/1 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 にく あ とり肉のから揚げ オクラとトマトのあえ物 キムチスープ	2 ぼうさいこんだて <u>防災献立</u> むぎ わかめ麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さばのみりん干し マカロニサラダ きりぼしだいこん しる 切干大根のみそ汁 バナナ	3 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ほうれんそう ほうれん草オムレツ ラトウユ クラムチャウダー	4 にほん きょうどりのり かみちよう <u>日本の郷土料理(香美町)</u> ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 むかしカレイ ピーマンはるさめ ピーマン春雨 かぼちゃのそぼろ煮	5 マーボーなす丼 (麦ごはん) ぎゅうにゅう 牛乳 ツナ枝豆サラダ ちゅうかふう 中華風コーンスープ
8/28 ちようしよく <u>朝食おすすめメニュー</u> ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ちくわのまよちーや ちくわのマヨチーズ焼き ゆばサラダ いなか汁 29 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 なつやさい 夏野菜とイカのかき揚げ あつあ いた 厚揚げのみそ炒め たま トマ玉スープ				

(※材料等の都合により献立を変更することがあります。)