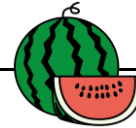




# 7月分 給食献立表

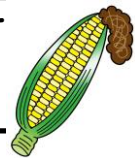
大田区立志茂田小学校

日	曜	献立	栄養量(中学年)	
			エネルギー kcal	たん白質 g
1	火	ごはん のりのつくだに ぎゅうにゅう だいこんとぶたにくのべっこうに ちぐさあえ	578	22.1
2	水	くろざとうパン ぎゅうにゅう ムサカ やさいスープ	563	22.6
3	木	カレーあんかけやきそば ぎゅうにゅう あおのりビーンズポテト くだもの	596	26.6
4	金	プルコギどん ぎゅうにゅう はるさめスープ カルピスゼリー	591	22.0
7	月	ちらしずし ぎゅうにゅう <u>♪七夕給食&amp;かみかみ給食♪</u> いかのかりんとあげ たなばたじる	577	26.7
8	火	タコライス ぎゅうにゅう きのこスープ くだもの	615	24.6
9	水	<u>♪バースデー給食♪</u> チキントマトスパゲティ ぎゅうにゅう コーンサラダ マーブルケーキ	664	24.8
10	木	なつやさいのカレーライス ぎゅうにゅう かいそうサラダ ゆでとうもろこし	682	21.6
11	金	じゃこわかめごはん ぎゅうにゅう さかなのステーキソース おひたし みそけんちんじる	583	28.5
15	火	パエリア ぎゅうにゅう スペインふうオムレツ ABCトマトスープ くだもの	562	24.8
16	水	ごまごはん ぎゅうにゅう さかなのピリからやき とんじる くだもの	596	28.0
17	木	<u>♪セレクト給食♪</u> パンプキンパン セレクトドリンク マカロニのクリームに パリパリポテトサラダ	641	21.6



都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。  
食物アレルギーのある児童は、詳細献立を毎日チェックしてください。

★7月10日(木)1時間目に2年生がとうもろこしの皮むきを行います  
給食室でゆでて、給食に出ます!



すいぶん ほきゅう

## 水分補給のポイント

のどがかわいた  
とかんじるまえに  
のお



コップに1ぱい  
ぐらいこまめに  
のお



あせをかいたとき  
は、えんぶんもいっ  
しょにとる



給食の前はよく手をあらおう!!当番はマスクをします。