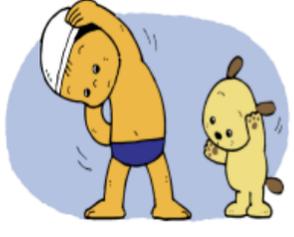




寄宿舎献立表【7月】



筑波大学附属久里浜特別支援学校

	朝食	昼食	夕食		朝食	昼食	夕食	
15日 金	ごはん、みそしる サケのしおやき オクラのあえもの かぼちゃのあまに ジョア（ストロベリー）	きゅうしょく	ひえずぎに、ちゅうい! 	15日 金	ごはん、みそしる ぶたにくのしょうがやき ほうれんそうのごまあえ くだもの（オレンジ） ジョア（ブルーベリー）	しゅうぎょうしき 終業式		
4日 月	あたたかいおちゃもどうぞ 	きゅうしょく	そうめん、めんつゆ てんぷらもりあわせ （かきあげ、なす、 ピーマン、ちくわのいそべあけ） 3しょくサラダ、たなばたゼリー	16日 土	なつやす 夏休み 	夏も 花気に 		
5日 火	ホテルブレッド、レーズンロール はいがロール（5年生以上） きゅうにゅう、オムレツ ポテトサラダ ひゅうがなつみかんゼリー	きゅうしょく	ごはん、みそしる サケフライ きりこんぶのもの ソファールストロベリー	平均 朝食E 617Kcal/P 26.5g 給食E 654Kcal/P 28.7g 夕食E 653Kcal/P 27.2g				
6日 水	フレンチトースト とうにゅういんりょう（ぼくがコーヒー） ロールキャベツ マカロニサラダ くだもの（オレンジ）	きゅうしょく	ごはん、はるさめスープ ぶたにくのしょうがやき なすのでんがく ひややっこ	そとにでるときは ぼうしをかぶろう 				すいぶんは こまめにとろう 
7日 木	ごはん、みそしる ハムエッグ がんもどきのなもの あじつけのり ソファールプレーン	きゅうしょく	ごはん、すましじる ぶたにくのみそづけやき ほうれんそうのいそべあえ ゆでとうもろこし カスタードプリン	つめたいものをたべすぎると おなかがいたくなるよ 				
8日 金	ごはん、にくだんごスープ あつやきたまご あおなのびたし ジョア（マスカット）	きゅうしょく		ときどき からだを うごかししょう 				きそくたしい せいかつをしょう 
11日 月		きゅうしょく	ごはん、みそしる エビカツ きゅうりのすのもの ペアクリームワッフル	生活の リズム 				
12日 火	ごはん、みそしる なっとう、やきのり こおりどうふのもの きんぴらごぼう すだちゼリー	きゅうしょく	ごはん、みそしる くしかつ トマトサラダ ジョア（マスカット）					
13日 水	フォカッチャ コーンクリームスープ スパニッシュオムレツ にんじんとツナのサラダ アップル&キャロットジュース	きゅうしょく	ごはん、コンソメスープ サバのたつたあげ オクラのあえもの もやしのからしあえ かつらきゆずゼリー					
14日 木	ロールパン、ミニメロンパン オレンジジュース ウインナーソーテ、スクランブルエッグ じゃがいものチーズやき げんきヨーグルト	きゅうしょく	ポークカレー ゆでたまご しろぶどう&ほうれんそうジュース えだまめのサラダ ムースエクレア					