

給食メニュー表 7月

曜日	月	火	水	木	金
日付		1	2	3	4
第1週		・鶏塩麻婆豆腐 ・ミニ春巻き ・みそ汁 こころの健康教室(1年)	・ガパオライス ・スープ ・果物	学校見学会 「専門学校」 	芸術鑑賞会 「映画」 
日付	7	8	9	10	11
第2週	・チキン南蛮 ・冷や奴 ・みそ汁	・冷やし牛すきうどん ・焼きおにぎり ・プリン アイヌ民族を知る集会	夏の生徒会企画 	池下先生presents ・豚丼 ・ゴーヤチャンプルー ・みそ汁 冬瓜の日	・チキン ストロガノフ ・サラダ ・スティック揚げパン
日付	14	15	16	17	18
第3週	・バラちらし寿司 ・揚げ出し豆腐 ・お吸いもの	・トンテキ ・マカロニサラダ ・みそ汁	・焼き魚 ・そばろ肉じゃが ・みそ汁	・キーマカレー ・ナン ・サラダ (ご飯もあります)	・彩り野菜のザンタレ丼 ・ナムル ・みそ汁
日付	21	22	夏休み中は給食もお休みです。 各自、バランスのよい食事をとるよう心がけてくださいね。 8月22日(金)再開(再会)! 		
第4週	 海の日	・冷製ジェノベーゼパスタ ・ピザポテト ・コーヒゼリー ナッツの日			
日付					
第5週	 夏休み 				



調理員さんからのメッセージ

7/10 (木) 「冬瓜の日」ですが、入手できそうにないので、瓜仲間のゴーヤを使った沖縄郷土料理の一つ「ゴーヤチャンプルー」にしました。池下先生のオススメメニューです。めんそーれ!

(※沖縄の方言で「いらっしやい」「ようこそ」)

7/22 (火) 「ナッツの日」です。中華料理でよく使われる「松の実」というビタミンEが豊富なナッツに、バジル、チーズを加えたジェノベーゼソース。香り高く、夏野菜とともに冷製パスタに良く合い、さっぱり食べられます。

