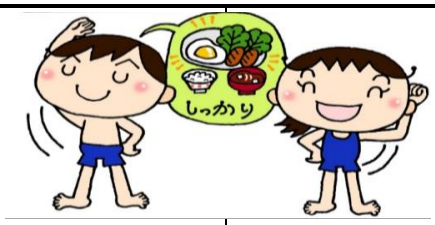
令和　7　年度

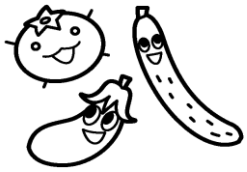
7・8月 分 こんだてひょう

きゅうしょくもくひょう　すすんでなんでもたべよう
にく・さかな・たまごについてしろう

郡山市立柴宮小学校

あつい　きせつになりました。
あついと、あせをかくので、あせといっしょに「ビタミン」も
からだのそとに、でてしまうよ。そこで、ビタミンがたっぷりの
ぶたにくや　やさいもたべよう！
７がつは、ぶたにくがおおいこんだてになっています。





1日(火)
やさいのあえもの
あじフライ
ふの
みそしる
あさかまいごはん

2日(水)
キャベツのナムル
タッチョリム
わかめ
スープ
むぎごはん
ちゅうかりょうりをあじわう

3日(木)
5年生きゅうしょくなし
コーンサラダ
ステックハンバーク
トマトソース
ワンタン
スープ
ドックパン

4日(金)
こだますいか
わかめとツナのサラダ
ハヤシライス
旬のたべもの
すいかをあじわおう

7日(月)
たなばたゼリー
たんざくサラダ
ほしがたハンバーグ
あまのがわ
スープ
わかめごはん
たなばた　きゅうしょく
いくつみつけられたかな？

8日(火)
ミニトマト1・2年1こ
サラスパサラダ
ぶたにくと
だいずの
ケチャップに
キャロットパン

9日(水)
やさいの(ゴーやいり)
オイスターソースいため
にくシューマイ
なまあげと
わかめの
みそしる
あさかまい
ごはん
旬のやさい
ゴーヤ　をあじわおう

10日(木)
れいとう
みかん
きりぼしだいこんの
こうみあえ
ちゅうかめん
ジャージャーめん
つめたいデザートを
味わおう

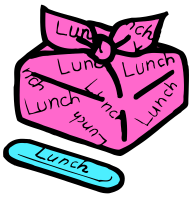
11日(金)
6年生きゅうしょくなし
はるさめのごまずあえ
いわしのピりからソースかけ
とんじる
あさかまい
ごはん
しゅんのさかなを
味わうこんだて

14日(月)
ごまあえ
ぶたにくキムチいため
のせてたべよう
なんばんじる
あさかまい
ごはん

15日(火)
フローズン
ヨーグルト
コーンサラダ
ウインナーケチャップかけ
ごもく
スープ
ドックパン
つめたいデザートを
たべよう

16日(水)
４年生きゅうしょくなし
ブルーベリー
ミニゼリー
キャベツと
チーズいりサラダ
タコライスのく
わかめ
スープ
ごはんに
混ぜてスプーンでたべる
タコライスは沖縄の
まぜごはんです

17日(木)
おべんとうの日



18日(金)

しゅうぎょうしき
きゅうしょくなしで下校

ここから
8がつ

25日(月)

しぎょうしき
きゅうしょくなしで下校

26日(火)
ハスカップ
ゼリー
ラタトゥユ　ソース
ハンバーグ
やさい
スープ
ツイストパン

27日(水)
やさいのスタミナいため
ミニはるまき
わかめじる
あさかまい
ごはん

28日(木)
もやしラーゆあえ
ぎょうざ
ちゅうか
めん
みそ
タンメン

29日(金)
(あずましずく)
きょほう　2こ
なつやさいサラダ
なつやさいカレー
やさい(831)の日