



令和2年度

7月こんだてひょう



港区立白金小学校

月	火	水	木	金
		1日	2日	3日
		こうやどうふのマーボーどん ぎゅうにゅう めかたまじる I礼ギ - 617 kcal	たこめし ぎゅうにゅう ししゃものいしがきあげ とんじる 1日「半夏生」 I礼ギ - 633 kcal	ハヤシライス ぎゅうにゅう ビーンズサラダ I礼ギ - 628 kcal
6日	7日	8日	9日	10日
ごまじゃこチャーハン ぎゅうにゅう はるさめスープ プラム I礼ギ - 605 kcal	ちらしずし ぎゅうにゅう そうめんじる れいとうみかん 7日「七夕の節句」 I礼ギ - 642 kcal	やきそば ぎゅうにゅう ちゅうかふうコーンスープ オレンジゼリー I礼ギ - 606 kcal	ピザトースト ぎゅうにゅう ポークシチュー さくらんぼ I礼ギ - 710 kcal	ごはん ぎゅうにゅう さばのしおやき じゃがいものきんぴら I礼ギ - 656 kcal
13日	14日	15日	16日	17日
いわしのかばやきどん ぎゅうにゅう ぐたくさんみそしる I礼ギ - 655 kcal	スパゲティ・ツナのミートソース ぎゅうにゅう ポテトのハニーサラダ I礼ギ - 625 kcal	なつのかおりごはん ぎゅうにゅう トマトにくじゃが I礼ギ - 663 kcal	カレーミートサンド ぎゅうにゅう ポトフ ゆでとうもろこし 1年生とうもろこしかわむき I礼ギ - 643 kcal	ひじきごはん ぎゅうにゅう きびなごのからあげ くじらじる I礼ギ - 627 kcal
20日	21日	22日	23日	24日
パエリア ぎゅうにゅう ミネストローネスープ I礼ギ - 605 kcal	うなぎのひつまぶし ぎゅうにゅう とうがんスープ うめあえ れいとうみかん 27日「土用の丑の日」 I礼ギ - 610 kcal 食育推進事業献立	ごはん ぎゅうにゅう ホイコーロー まるごとわかめスープ I礼ギ - 658 kcal	海の日	スポーツの日
27日	28日	29日	30日	31日
コンナムルパブ ぎゅうにゅう トックスープ じゃがいものあめがらめ I礼ギ - 643 kcal	マンダイのみそカツどん ぎゅうにゅう かきたまじる I礼ギ - 664 kcal	ひやしうどん ぎゅうにゅう てんぷら (いか・さつまいも) キャベツのかおりづけ I礼ギ - 637 kcal	なつやさいのトッピングカレー ぎゅうにゅう すいか I礼ギ - 683 kcal	終業式