

7月1日

半夏生

牛乳
麦ご飯 (ふりかけ)
たこでたこ焼き
無限ピーマン
かぼちゃのみそ汁



7月4日

牛乳
ご飯
鶏肉の香り焼き
切干大根のごまサラダ
肉じゃが
パイナップル



7月5日

牛乳
ご飯
棒ぎょうざ
チンジャオロースー
冬瓜スープ
ミニ桃ゼリー

3年生が
皮をむいた
とうもろこし



7月6日

牛乳
牛肉と卵のあんかけ丼
納豆和え
ゆでとうもろこし



7月7日

七夕献立

牛乳
ちらし寿司
ちくわの2色揚げ
七夕汁
きなこくず餅

今日は、
3年生が
皮むきました
ゆでとうもろこし



7月8日

牛乳
テーブルロール
ほきの香草パン粉焼き
メキシカンシチュー
フローズンヨーグルト



7月11日

長野県の郷土料理

牛乳
キムタクご飯
じゃこと豆腐のサラダ
具沢山みそ汁
すいか



7月12日

牛乳
ご飯
鮭の塩焼き
枝豆の塩ゆで
厚揚げと野菜のうま煮



7月13日

牛乳
ジャージャーうどん
豆乳スープ
桃まんじゅう



チャレンジ学級
が皮をむいた
とうもろこし

7月14日

長野県の郷土料理

牛乳
とうきびご飯
レバポテ和え
そうめんかぼちゃの沢煮椀
牛乳プリン



7月15日

牛乳
夏野菜カレーライス
ひじきとチーズのサラダ
しゅわしゅわサイダーポンチ



おまけ① 皮むき体験後のとうもろこし



←
3回
洗う →
実を
そぐ



↓ゆでとうもろこし用にカット



←実と芯を一緒に
炊き込む。
1釜で約100人分



おまけ② そうめんかぼちゃ



↑ゆでてから水で冷ますと、どんどんほぐれてそうめんようになります。