



# 7月予定献立表



高岡市立国吉中学校

日	曜	主食	副食	エネルギー (kcal)
1	月	ごはん	鯖のみそホイル焼き 茎わかめの金平 にらたま汁 アンデスメロン	778
2	火	2/3コッペパン	荒びきウインナー ブロッコリーサラダ スープスパゲティ	852
3	水	夏野菜のカレー	卵焼き ごまごまサラダ 冷凍パイ	875
4	木	カイザーロール	ヒレカツ ワルシャワポテト ビゴス風スープ チーズデザート	756
5	金	手巻きずし (卵・納豆)	小松菜と切干大根の浸し セタ汁 セタゼリー	745
8	月	ごはん	えびシューマイ 太きゅうりのナムル 麻婆豆腐 アーモンド小魚 すいか	812
9	火	コッペパン	鮭と大豆のチリソースがらめ 添えブロッコリー キャベツのスープ	857
10	水	ごはん	揚げ出し豆腐の胡麻だれかけ 五色あえ じゃがいもの味噌汁 アップルシャーベット しそ味ひじき	806
11	木	米粉入りパン	変わり千草焼き フルーツヨーグルトあえ カレースープ	846
12	金	ごはん	鰯の梅煮 アーモンドあえ 肉じゃが 冷凍みかん	778
15	月	海の日		
16	火	セルフサンド	ガーリックサラダ フルーツポンチ	873
17	水	大豆入り わかめごはん	ふくらぎの立田揚げ 青菜のあえもの 太きゅうりのそぼろ煮	839
18	木	高岡野菜の スタミナ丼	変わり漬け わかめスープ カスタードプリン	770
19	金	ごはん	赤魚のたれづけ ゆかりあえ 豚汁 ピーチシャーベット のり佃煮	792

※ 原則として牛乳が毎日つきます。

※ 都合により献立が変更になることがありますのでご了承ください。

## ❀ お知らせ ❀

4日 ポーランド献立

5日 セタ献立の日

8日～12日 2年生給食なし(14歳の挑戦のため。)

18日 高岡食19丼献立の日「高岡野菜のスタミナ丼」

19日 1学期給食終了



2学期の給食は、  
9月2日(月)から始まります。