

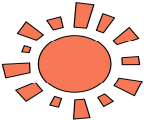


8がつ こんだてよていひょう



宇都宮市立海道小学校

給食回数4回 米飯回数3回 米粉パン0回 県産小麦粉0回

ひづけ 日付	こんだてめい	カロリー (kcal) タンパク(g)	お も な ざ い り よ う		
			ち 血 や に く に な る	体の調子をととのえる	力や熱のもとになる
26 (水)	ナン キーマカレー 牛乳 ゆで野菜 アップルシャーベツ ト	670 26.7	ぎゅうにゅう 牛乳 ぎゅうにく 牛肉 バター	ヨーグルト ぶた肉 コーン キャベツ りんご	ニンじん たまねぎ ナン マーガリン トマト ブロッコリー りんご
27 (木)	中華丼 牛乳 わかめスープ ヨーグルト	647 26.9	ぎゅうにゅう 牛乳 いか ヨーグルト	ぶた肉 えび しいたけ チンゲンサイ たけのこ わかめ	こめ 米 あぶら さとう 砂糖 じゅん あぶら 純ごま油 はるさめ
28 (金)	麦入りご飯 牛乳 さけのスタミナ焼き 春雨サラダ わんたんスープ さけぱっぱ	614 28.4	ぎゅうにゅう 牛乳 とり肉 	さけ キャベツ こまつな にんじん にら もやし	こめ 米 はるさめ あぶら 油 ごま ワンタン
31 (月)	麦入りご飯 牛乳 豚肉のみそマヨ焼き おひたし ひじきと切干大根の 煮物	670 30.3	ぎゅうにゅう 牛乳 みそ さつま揚げ とり肉	ぶた肉 ひじき あぶら揚げ きりぼだいこん 切干大根 さやいんげん	キャベツ こまつな きりぼだいこん マヨネーズ ごま あぶら油 ざらめ こんにゃく

献立は都合により変更する場合があります。

は豊郷地区で生産された食材です。

楽しい夏休みは過ごせましたか？
体がだるいと感じる人は、しっかり食事をして、
生活リズムをもどしましょう。

