



# かもうの学校給食



2026年 7月6日～7月10日

7月6日（月）



かつおみそで食欲増進

麦ごはん  
牛乳  
松風焼き  
切り干し大根のごま酢和え  
のり汁  
かつおみそ

7月7日（火）



笹の葉さ～らさら～♪

七タずし  
牛乳  
魚の西京焼き  
野菜ソテー  
おくらと卵のスープ  
七タゼリー

7月8日（水）



ゴーヤで夏バテ解消

麦ごはん  
牛乳  
ゴーヤチャンプル  
かぼちゃのだんご汁  
蒸しプリン

7月9日（木）



夏野菜たっぷり！

ポークカレーライス・  
夏野菜添え  
牛乳  
コールスローサラダ  
コンソメスープ  
フルーツヨーグルト

7月10日（金）



お豆たっぷりコロッケ

コッペパン  
マーシャルビーンズ  
牛乳  
豆入りコロッケ  
ブロッコリー  
トマト  
スパゲティ・サラダ  
卵スープ

