



7月 給食カレンダー



こんげつ きゅうしょくもくひょう
今月の給食目標

あつ ま からだ
暑さに負けない体をつくろう

月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
わかめごはん たご焼き風卵焼き 野菜のおひたし 冬瓜のみそ汁	スパゲティナポリタン 特製ドレッシングサラダ スパイシー ポテトビーンズ	ごはん さばのごまみそ焼き 切干大根の炒め物 吉野汁	きなこ揚げパン チリコンカン フレンチサラダ	★七夕献立 七夕ちらしずし 天の川汁 フルーツポンチ
10	11	12	13	14
★世界の料理 (タイ) ガパオライス ヤムウンセン 生パイナップル	ごはん かぼちゃコロッケ 野菜の甘酢かけ みそ汁	なす入りマーボー豆腐丼 もやしのおさっぱりサラダ ゆでとうもろこし	パイナップル 夏野菜のグラタン 野菜スープ	冷やしきつねうどん ひじきと野菜の からしあえ かぼちー蒸しパン
海の日	18	19		
	★食育の日 夏野菜のカレーライス カラフルサラダ レモンスカッシュゼリー	ごはん 魚の香草パン粉焼き ブロッコリーと きのこサラダ クラムチャウダー		

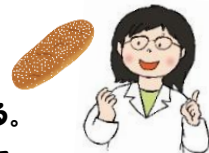
★給食レシピの紹介★ ～きなこ揚げパン～

材料(4人分)

コッペパン	4個(1個約60g)
きなこ	20g
さとう	20g
塩	0.2g(ひとつまみ)

作り方

- ① きなこ、さとう、塩を混ぜ合わせる。
- ② 鍋に油をいれ、約190℃に加熱する。
- ③ コッペパンをいれ、転がしながら表面がカリッとなるまで揚げる。
- ④ 油をよく切り、熱いうちにきなこをまぶす。



おうちでもぜひ作ってみてください！