

# 令和元年7月 \*給食カレンダー\*

《鳴滝高等学校夜間部》

夏野菜がおいしい季節となりました。給食をしっかり食べて栄養補給に努めましょう。

月平均エネルギー：857kcal

月	火	水	木	金
1 	2 	3 大雨のため 【休校】	4 	5 
夏野菜カレー（麦飯） コールスローサラダ フルーツミルクゼリー	ご飯 麻婆豆腐 冷しゃぶサラダ とうがんスープ		キンパム丼（麦飯） 豚肉のブルコギ風 春雨スープ	【七タメニュー】 散らし寿司 星型ポテト きゅうりのあっさり和え すまし汁
8 	9 	10 	11 	12 
ご飯 ちくわの磯辺揚げ もやしサラダ さつまいも汁	冷やし中華 鶏の竜田揚げ 中華和え	ご飯白身魚のホイル焼き ブロッコリーのおかか和え 豚汁	【沖縄県メニュー】 タコライス ゴーヤチャンプルー もずくスープ シークワーサーゼリー	昆布の炊き込みご飯 豆腐の揚げ田楽 えのきのあっさり和え キャベツの味噌汁
15 【海の日】	16 	17 	18 	19 
	豚とじ丼（麦飯） 三色野菜のナムル 豆腐とわかめの味噌汁	【タイ料理】 ガパオライス（麦飯） ヤムウンセン風 トムヤムクン風	ゆかりご飯 ししゃもフライ 野菜サラダ なすの味噌汁	キムタクごはん（麦飯） オーロラチキン 卵スープ