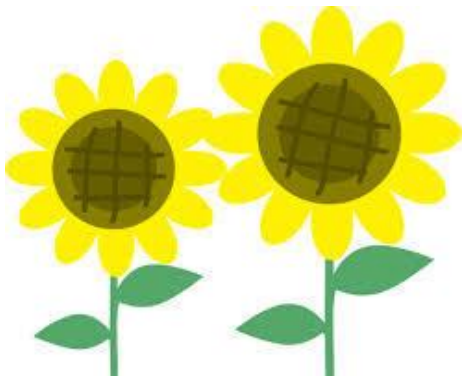
平成２８年度

７　月　　学校給食

篠山西部学校給食センター

月	火	水	木	金
≪７月に使用した地元野菜≫ ・キャベツ　・にんじん ・たまねぎ　・じゃがいも ・トマト　・なすび ・青ねぎ　・青ピーマン ・かぼちゃ　・きゅうり ・干ししいたけ ・米（篠山産コシヒカリ）				1 ごはん・牛乳 タコのから揚げ ささみときゅうりの梅酢和え なすの赤だし汁・ミニトマト
4 ごはん・牛乳 炒りどうふ 焼きシシャモ きゅうりのごま酢和え 	5 ごはん・牛乳 豚肉とズッキーニの炒め煮 星形コロッケ とうふのすまし汁 	6 コーンごはん・牛乳 アジフライ キャベツとわかめの酢の物 そうめん汁 	7 小パン・牛乳 星形オムレツ ラタトゥイユ ポテトスープ・すいか 	8 十穀米ごはん・牛乳 サケのごまダレかけ 小松菜のおひたし とうがんのすまし汁・温州みかんゼリー
11 ホブサ・牛乳 照り焼きハンバーグ コーンポテト かぼちゃのクリームスープ 	12 夏野菜カレーライス・牛乳 （麦ごはん） 大豆とかえりの揚げ煮 切り干し大根のハリハリ漬け 	13 ごはん・牛乳 そぼろ煮 手作りひじきふりかけ ピリ辛きゅうり・冷凍みかん 	14 小パインパン・牛乳 チキンのパルメジアーナ いろいろ豆のサラダ 肉だんごスープ 	15 そぼろどんぶり・牛乳 （いりたまご・とりそぼろ） かぼちゃのみそ汁 ミニトマト
18 海の日 	19 ごはん・牛乳 プルコギ 揚げぎょうざ わかめスープ 			