

8月3日（月）～8月7日（金）

おおさかしりつ みなみつもり しょうがっこく

8月分きゅうしょくこんだてひょう

（よていですので、かわることあります。）

日 ・ よう	パン・ ごはん	ぎゅう にゅう	パンの てんかぶつ	こんだてめい	き	あか	みどり	
	き	あか	き		エネルギーのもとになる	からだをつくるもとになる	からだのちょうしをととのえる	
3 ・ 月	こくとうパン	牛乳 きゅうにゅう		ケチャップに さんどまめとコーンのソテー りんごのクラフティ	じゃがいも コーンフレーク 砂糖 味噌	めんじつゆ 牛乳 卵	けいにく たまご	にんじん さんどまめ コーン たまねぎ グリンピース
4 ・ 火	ごはん	牛乳 きゅうにゅう		けいにくとじゃがいものもの べにざけそばろ	じゃがいも 味噌	いりごま(しろ)	けいにく おのり けずりぶし	にんじん さんどまめ たまねぎ しいたけ
5 ・ 水	ごはん	牛乳 きゅうにゅう		にくじやが とらまめのもの アーモンドフィッシュ	じゃがいも 砂糖	めんじつゆ 味噌油	けずりぶし とらまめ アーモンドフィッシュ	にんじん たまねぎ
6 ・ 木	コッペパン	牛乳 きゅうにゅう	いちごジャム	コーンクリームシチュー きゅうりのバジルふうみサラダ みかんのかんづめ	じゃがいも 砂糖 味噌	めんじつゆ バター	けいにく MILK	にんじん きゅうり たまねぎ マッシュルーム(みかん)
7 ・ 金	ごはん	牛乳 きゅうにゅう		ぶたにくのしょうがやき みそしる	砂糖	めんじつゆ	けいにく わさび だしこんぶ けずりぶし うすあげ あかみそ しろみそ	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが



8月25日（火）～8月31日（月）

日 ・ よう	パン・ ごはん	ぎゅう にゅう	パンの てんかぶつ	こんだてめい	き	あか	みどり	
	き	あか	き		エネルギーのもとになる	からだをつくるもとになる	からだのちょうしをととのえる	
25 ・ 火	ライむぎパン	牛乳 きゅうにゅう		チキンレバーカツ スープ		なたねあぶら	ふたにく チキンレバーカツ	にんじん たまねぎ グリンピース キャベツ
26 ・ 水	こくとう (しょう)パン	牛乳 きゅうにゅう		オイスターソースやきそば オクラのあますあえ	ちゅうかめん	砂糖 味噌	ふたにく	にんじん にんにく オクラ たまねぎ キャベツ しょうが
27 ・ 木	ごはん	牛乳 きゅうにゅう		マーぼーあつあげどんぶり ちゅうかスープ ミニフィッシュ	でんぶん	めんじつゆ 味噌油	ぎゅうひにく ミニフィッシュ ぶたひきにく わかめ あかもそ あつあげ	にんじん なす にんにく たまねぎ キャベツ じょうが たけのこ たけのこかぶ
28 ・ 金	ごはん	牛乳 きゅうにゅう		ぎゅうにくとだいすのカレーライス[こめこ] きゅうりのピクルス りんごゼリー	じゃがいも 砂糖	めんじつゆ 味噌油	だいす ぎゅうにく	にんじん たまねぎ にんにく きゅうり りんごゼリー
31 ・ 月	こくとうパン	牛乳 きゅうにゅう		やきハンバーグ とうにゅうスープ キャベツとピーマンのソテー	じゃがいも 味噌	めんじつゆ 味噌油	ハンバーグ とうにゅう	にんじん ピーマン たまねぎ コーン キャベツ