



7がつ きゅうしょくもりつけず

福井市湊小学校

						1日(金)	
						 こまつなの にびたし  やきししゃも あつあげと きりぼしだいこんのにも	 牛乳 
						8日(金)	
						 ホイコーロー  とうもろこし しゅうまい はるさめスー	 牛乳 
						15日(金)	
						 きんぴら ごぼう  やきさば みそ しる	 牛乳 
						14日(木)	
						 スロベニア ふうサラダ  リュブリャナふう シュニツェル ゴラーシュ	 牛乳 
						7日(木)	
						 ゆで キャベツ  フランクフルト おおむぎとやさいのスープに	 牛乳 
						6日(水)	
						 キャベツと コーンの ソテー  ①とりにくの あまずあんからめ ②しろみざかな フライ そうめんじる	 牛乳 
						5日(火)	
						 もやしと ピーマンの いためもの  とうふ しょうゆをかけましよう	 牛乳 
						4日(月)	
						 こまつなと きりぼしだいこんの あえもの  そぼろどんのぐ のせてたべましよう	 牛乳 
						11日(月)	
						 あじつけ にびし  こまつなの ごまあぶら いため いれてたべましよう	 牛乳 
						12日(火)	
						 もやしと にらの いためもの  あげぎょうざ ゴーヤいりマーボー豆腐	 牛乳 
						13日(水)	
						 フルーツ ミックス  ツナとにんじん のいりに あげとやさいのちゅうかうふう	 牛乳 
						18日(月)	
						うみのひ	
						19日(火)	
						 きりぼしだいこん とこまつなの ごまいりに  あげどりにくの レモンふうみ うちまめじる	 牛乳 
						20日(水)	
						 きゅうりと わかめの ドレッシング あえ  いわしの かつおに すましじる	 牛乳 

