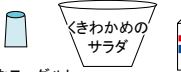
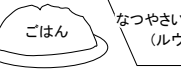
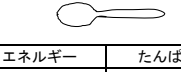
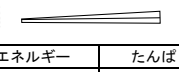
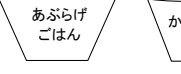
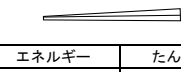
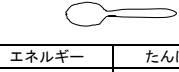
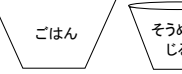
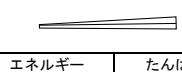
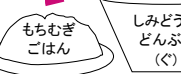
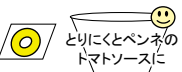
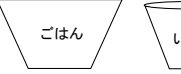
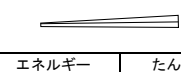
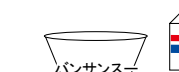
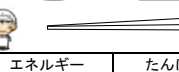
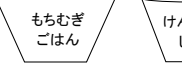
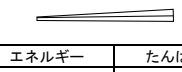
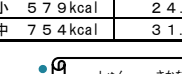
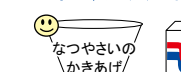
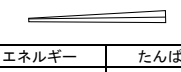
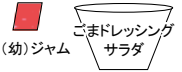
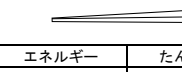
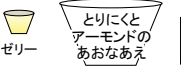
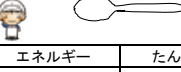
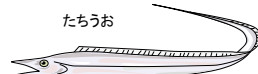


月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日																															
 しっかり食べて、 夏バテを予防しましょう 		1日 旬…夏野菜カレー  のむヨーグルト  ごはん  なつやさいカレー(ルー) <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 603kcal</td><td>20.9g</td></tr><tr><td>中 759kcal</td><td>24.5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 603kcal	20.9g	中 759kcal	24.5g	2日  すふた  ごはん  ちゅうかスープ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 605kcal</td><td>24.0g</td></tr><tr><td>中 779kcal</td><td>29.9g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 605kcal	24.0g	中 779kcal	29.9g	3日 味めぐり…福井県  ごまあえ  あぶらげごはん  かにたまじる <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 608kcal</td><td>24.8g</td></tr><tr><td>中 760kcal</td><td>30.6g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 608kcal	24.8g	中 760kcal	30.6g	4日  フレンチサラダ  パン  ポークビーンズ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 587kcal</td><td>27.5g</td></tr><tr><td>中 736kcal</td><td>33.8g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	27.5g	中 736kcal	33.8g						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 603kcal	20.9g																																						
中 759kcal	24.5g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 605kcal	24.0g																																						
中 779kcal	29.9g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 608kcal	24.8g																																						
中 760kcal	30.6g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 587kcal	27.5g																																						
中 736kcal	33.8g																																						
7日 行事食…七夕(そうめん汁)  しそひきあえ  ごはん  そうめんじる <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 600kcal</td><td>24.1g</td></tr><tr><td>中 749kcal</td><td>29.5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 600kcal	24.1g	中 749kcal	29.5g	8日  かわりきんぴら  もちむぎごはん  しみどうふどんぶり(ぐ) <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 581kcal</td><td>23.9g</td></tr><tr><td>中 750kcal</td><td>30.2g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 581kcal	23.9g	中 750kcal	30.2g	9日  とりにくとペンネのトマトソースに  パン  キャベツとベーコンのスープ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 573kcal</td><td>27.5g</td></tr><tr><td>中 729kcal</td><td>33.1g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 573kcal	27.5g	中 729kcal	33.1g	10日  おひたし  ごはん  いそに <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 587kcal</td><td>29.1g</td></tr><tr><td>中 749kcal</td><td>36.2g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 587kcal	29.1g	中 749kcal	36.2g	11日  パンサンスー  ごはん  はつぼうさい <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 556kcal</td><td>22.9g</td></tr><tr><td>中 719kcal</td><td>28.5g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 556kcal	22.9g	中 719kcal	28.5g
エネルギー	たんぱく質																																						
小 600kcal	24.1g																																						
中 749kcal	29.5g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 581kcal	23.9g																																						
中 750kcal	30.2g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 573kcal	27.5g																																						
中 729kcal	33.1g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 587kcal	29.1g																																						
中 749kcal	36.2g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 556kcal	22.9g																																						
中 719kcal	28.5g																																						
14日  アーモンドあえ  さばのみそに  もちむぎごはん  けんちんじる <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 579kcal</td><td>24.7g</td></tr><tr><td>中 754kcal</td><td>31.4g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 579kcal	24.7g	中 754kcal	31.4g	15日 とれたて感謝の日…松山長なす(みそ汁)  なつやさいのかきあげ  わかめごはん  なすのみそしる <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 609kcal</td><td>19.5g</td></tr><tr><td>中 770kcal</td><td>24.6g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 609kcal	19.5g	中 770kcal	24.6g	16日 旬…夏野菜のスパゲッティ  (幼)ジャム  パン  (小中)だいずかりんとう <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 593kcal</td><td>25.1g</td></tr><tr><td>中 754kcal</td><td>31.4g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 593kcal	25.1g	中 754kcal	31.4g	17日  ゼリー  コーンピラフ  ミネストローネ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 679kcal</td><td>25.2g</td></tr><tr><td>中 836kcal</td><td>31.2g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 679kcal	25.2g	中 836kcal	31.2g	18日  はちみつレモンゼリー  コーン  しょうがほうれんそう えだまめ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td></tr><tr><td>小 679kcal</td><td>25.2g</td></tr><tr><td>中 836kcal</td><td>31.2g</td></tr></table>		エネルギー	たんぱく質	小 679kcal	25.2g	中 836kcal	31.2g
エネルギー	たんぱく質																																						
小 579kcal	24.7g																																						
中 754kcal	31.4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 609kcal	19.5g																																						
中 770kcal	24.6g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 593kcal	25.1g																																						
中 754kcal	31.4g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 679kcal	25.2g																																						
中 836kcal	31.2g																																						
エネルギー	たんぱく質																																						
小 679kcal	25.2g																																						
中 836kcal	31.2g																																						
旬の魚・野菜・果物  たちうお  うなぎ  えだまめ  きゅうり  とうもろこし  なす  すいか  オクラ  ピーマン  トマト  かぼちゃ  すいか		味めぐり【福井県】 福井県は、浄土真宗を開いた親鸞とのゆかりが古く、「報恩講」という仏教行事が行われ、その時に油揚げを使った料理が振舞われていました。 福井県の油揚げは、厚揚げのように厚みがあり、ずっしりと重さがあるのが特徴です。「あぶらげ」と呼ばれ、それを使った料理の一つが『あぶらげごはん』として広まりました。 また、複雑な潮の流れがある若狭湾は、かにの漁場として有名です。そこで獲れる「ずわいがに」は「越前がに」と呼ばれ、福井県を代表するブランド食材の一つです。給食では、『かに玉汁』にかにを使用しています。 																																					