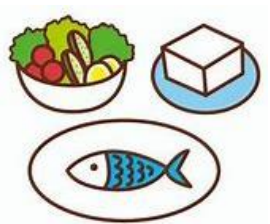


令和7年度7月のきょうもうスクールランチ

学校給食予定献立表
北海道旭川盲学校

月	火	水	木	金
	ビタミンCを多く含む食品 	ビタミンB2を多く含む食品 		夏ばてを防ぐ！食事ポイント 1 偏った食事をしない 2 ビタミンB群、Cを多く 3 冷たいものを食べすぎない
	1 しお 塩ラーメン くだもの	2 しよ 食パン・ジャム スープ ミートローフ カットトマト	3 むぎ 麦ごはん ようふう 洋風のっぺい汁 さかな 魚のフライ じゃこサラダ	4 むぎ 麦ごはん はくさい 白菜のスープ まーぼーなす 麻婆茄子 ちゅうかあ 中華和え
7 ごもく 五目ごはん たなばた 七夕そうめん汁 たこ焼き	8 きつねうどん かいそう 海藻サラダ	9 こめこ 米粉バターパン ハリラスープ とりにく 鶏肉のスパイス焼き モラッカンサラダ	10 むぎ 麦ごはん みそ汁 すき焼き風煮	11 チキンピラフ スープ ゴボウサラダ
14 むぎ 麦ごはん みそ汁 けいちゃん焼き マカロニサラダ	15 なつやさい 夏野菜のスパゲティ ヨーグルト和え	16 こめこ 米粉コッペパン クラムチャウダー ブロッコリーサラダ	17 むぎ 麦ごはん さわにわん 沢煮椀 しょうがや 生姜焼き	18 むぎ 麦ごはん うこじり 打ち込み汁 さけ 鮭のチーズ焼き あおな 青菜のサラダ
21 うみひ 海の日 	22 ラーメンサラダ（主食） 春雨スープ	23 こめこ 米粉コッペパン ラタトゥイユ シャキシャキさっぱりサラダ	24 ポークカレーライス なます	25 終業式 しゅうぎょうしき

★都合により献立が変更になることがあります。

☆牛乳は毎日つきます。