



# 一週間の給食を写真で紹介します

7月15日 (月)

7月16日 (火)

7月17日 (水)



麦ご飯  
鶏肉のレモン煮  
いんげんのソテー  
バイクドエッグ  
ラビオリスープ  
牛乳

かしわご飯  
れんこん入り平つくね  
にんじん焼売  
小松菜の胡麻炒め  
冬瓜のすまし汁  
ぶどうゼリー  
牛乳

<826kcal>

<785kcal>

レモンには殺菌効果や抗酸化作用に優れたクエン酸が含まれます。クエン酸は体内に溜まりがちな疲労物質を分解し、心身のストレス症状を緩和する働きがあります。



◆福岡の郷土料理 かしわご飯◆  
福岡では昔から鶏肉のことを「かしわ」と呼びます。かしわご飯は、細かく刻んだ鶏肉や野菜をご飯に炊き込んだ風味豊かな料理です。



7月18日 (木)

7月19日 (金)



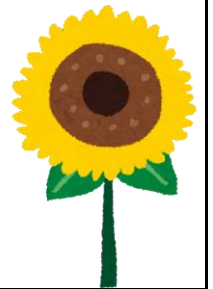
麦ご飯  
夏野菜カレー  
レモンドレッシングサラダ  
アセロラフルーツ  
牛乳

<797kcal>

## 終業式



## 夏休み



### ～給食最終日～

夏休みが始まります。暑い夏を元気に過ごすためには、規則正しい生活をし、暑さに負けない食事をする事が大切です。毎日しっかり食べて、夏バテを予防しましょう!!