

げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
1日	2日	3日	4日	5日
ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん 魚(白糸たら)の長ねぎソースがけ 甘酢和え けんちん汁	ぎゅうにゅう 牛乳 はちみつレモントースト ABCミネストローネ コーンサラダ	とちぎけん めいぶつ 【栃木県の名物】 ぎゅうにゅう 牛乳 い や ※ポテト入り焼きそば い ゆーみーたん かんぴょう入り玉米湯 かわちばんかん 河内晩柑	はくち けんこうしゅうかん 歯と口の健康週間	
8日	9日	10日	11日	12日
はくち けんこうしゅうかん 歯と口の健康週間			にゅうばいこんだて 【入梅献立】 ぎゅうにゅう 牛乳 ※カリカリ梅と青菜のごはん きりぼしだいこん たまご や 切干大根の卵焼き みそ汁	ぎゅうにゅう 牛乳 パンパン さかな なまざけ や 魚(生鮭)のバジル焼き チキンクリームスープ
15日	16日	17日	18日	19日
く ない いっせい ざんさい ちょう さ 区内一斉残菜調査				
ぎゅうにゅう 牛乳 しせんどうふどん 四川豆腐丼 かふう 華風きゅうり さくらんぼ	きゅうしよく 【おはなし給食】 ぎゅうにゅう 牛乳 きつねうどん ポテトのチーズ焼き	ぎゅうにゅう 牛乳 どん プルコギ丼 かいそう 海藻サラダ かん パイン缶	ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん ひじきふりかけ さかな おきめだい ふうみや 魚(沖目鯛)の風味焼き こじる 呉汁	ぎゅうにゅう 牛乳 ピザドッグ コーンシチュー れいとう 冷凍みかん
22日	23日	24日	25日	26日
てつぶんきょうか 【鉄分強化】 ぎゅうにゅう 牛乳 ◆ジャージャン丼 じゃこ入りごまサラダ	ぎゅうにゅう 牛乳 タンメン だいず 大豆とポテトのフライ こだま 小玉すいか	のうえんかいきゅうしよく 【ふれあい農園会給食】 ぎゅうにゅう 牛乳 わかめごはん いたばしくさん いも ※板橋区産じゃが芋の しお にく 塩バター肉じゃが あおな あもの もやしと青菜の和え物	ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん さかな 魚(さば)の韓国風焼き ナムル わかめと卵のスープ	ぎゅうにゅう 牛乳 こくとう 黒糖きなこトースト チキンポトフ フルーツヨーグルト
29日	30日	し どうもくひょう 指導目標		
ぎゅうにゅう 牛乳 キムチチャーハン トック メロン	ぎゅうにゅう 牛乳 カレーピラフ さかな 魚(めばる)のBBQソースがけ やさい たまご 野菜と卵のスープ	 <p>きゅうしよくしどう じゅんび まえ ただ てあら ◎給食指導:準備の前に正しい手洗いをしよう えいようしどう ほね は ◎栄養指導:骨や歯をじょうぶにしよう つごう こんだて いちぶ へんこう ばあい ※都合により、献立を一部変更する場合があります。</p>		