

2020年7月の献立

献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
				1	牛乳 干菓子	2	牛乳 干菓子	3	牛乳 干菓子	4	牛乳 干菓子
				御飯	米	御飯	米	三色散らし寿司	米 酢 食塩 砂糖 鶏ミンチ 濃口醤油 砂糖 醤油 ほうれん草 にんじん 濃口醤油 砂糖	中華料理	米 豚肉(もも) ほうろくさい たまねぎ にんじん ビーマン かまぼこ 鶏がらスープ 濃口醤油 砂糖 食塩 片栗粉
				豚肉と茄子のみそ炒め	豚肉(もも) 厚揚げ なす たまねぎ にんじん ビーマン もやし 油 みそ 砂糖 みりん 濃口醤油	かれのい歯庵焼き	かれい 濃口醤油 砂糖 みりん ゆず果汁	七タ入種	そうめん 干しいたけ にんじん てまり粉 いわし(黒干し) 濃口醤油 食塩	わかめスープ	カットわかめ しめじ 木綿豆腐 鶏がらスープ 濃口醤油 食塩
				はるさめサラダ	春雨 きゅうり にんじん カーネルコーン 白ごま 酢 砂糖 食塩	さつま芋サラダ	さつま芋 にんじん パセリ粉 マヨドレ 砂糖 レモン果汁	オレンジ	オレンジ	バナナ	バナナ
				すまし汁	さつま芋 しめじ 厚揚げ いわし(黒干し) 濃口醤油 食塩	具だくさん汁	切干大根 にんじん ほうろく 厚揚げ みそ				
				牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	麦茶	麦茶
				クレープ	ホットケーキミックス 無糖豆乳 プルベリーシロップ	マカロニきな粉	マカロニ きな粉 砂糖 食塩	パンせんべい	食パン マヨドレ 粉チーズ	干菓子	干菓子
6	牛乳 干菓子	7	牛乳 干菓子	8	牛乳 干菓子	9	牛乳 干菓子	10	牛乳 干菓子	11	牛乳 干菓子
パセリご飯	米 パセリ粉 食塩	御飯	米	御飯	米	冷やしきつねうどん	うどん いなり揚げ かまぼこ カットわかめ うどんだし 濃口醤油 みりん	わかめ御飯	米 炊き込みわかめ	ホットドック	ドッグパン(小) ポークウィンナー キャベツ マヨドレ クチャップ
ウィンナーと野菜のグラタン	ポークウィンナー マカロニ たまねぎ にんじん じゃがいも ホワイトソース 食塩 とうけるチーズ パン粉	鮭のマヨドレ焼き	鮭 食塩 マヨドレ パセリ粉	コロッケ	コロッケ 油	ちくわ磯辺揚げ	ちくわ 醤油のり 小麦粉 油	肉じゃが	牛肉(薄ロース) じゃがいも たまねぎ にんじん いんげん しらたき 油 砂糖 濃口醤油 濃口醤油 みりん	具だくさんスープ	たまねぎ エリンギ もやし じゃがいも にんじん 鶏がらスープ 濃口醤油 食塩
コンソメスープ	ほうれん草 エリンギ 切干大根 コンソメ 食塩 濃口醤油	じゃがいものおかか和え	じゃがいも にんじん 砂糖 濃口醤油 花かつお	パスタサラダ	スパゲティ 食塩 きゅうり にんじん ツナフレーク マヨドレ 砂糖 食塩	バイ内缶	バイ内缶	すまし汁	ほうろくさい しめじ おろし いわし(黒干し) 濃口醤油 食塩		
麦茶	麦茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	麦茶	麦茶
フルーツヨーグルト	ヨーグルト みかん缶 砂糖	とうもろこし	とうもろこし	バナナ	バナナ	おかかおにぎり	米 花かつお 白ごま 食塩 濃口醤油	ホイップパン	ドッグパン(小) いちごジャム ホイップクリーム	干菓子	干菓子
13	牛乳 干菓子	14	牛乳 干菓子	15	牛乳 干菓子	16	牛乳 干菓子	17	牛乳 干菓子	18	牛乳 干菓子
クリームスバグティ	スパゲティ 食塩 ポークウィンナー たまねぎ にんじん しめじ きのこ 無糖豆乳 シチュウミックス クリーム	御飯	米	五目チャーハン	米 焼き豚 たまねぎ にんじん かまぼこ ほうろく 油 鶏がらスープ 濃口醤油 食塩	御飯	米	ポークカレー	米 豚肉(もも) たまねぎ にんじん じゃがいも 油 カレールック	かやくご飯	米 鶏白湯肉 にんじん しめじ 菜の花にせく 焼揚げ かまぼこ だし 濃口醤油 砂糖
フライドポテト	シューストリングポテト 食塩	さわらの塩焼き	さわら 食塩	ナムル	キャベツ もやし 白ごま 濃口醤油 砂糖	豆腐ハンバーグ	鶏ミンチ 木綿豆腐 ひじき たまねぎ 油 砂糖 食塩 濃口醤油 パン粉 濃口醤油 砂糖 みりん 食塩 片栗粉	マカロニサラダ	マカロニ きゅうり にんじん カーネルコーン マヨドレ 砂糖 食塩	入種	そうめん 小松菜 にんじん 干しいたけ うどんだし 濃口醤油
野菜スープ	じゃがいも にんじん キャベツ 鶏がらスープ 食塩 濃口醤油	キンピラごぼう	ごぼう にんじん 切干大根 ちくわ 薄揚げ 白ごま 油 濃口醤油 砂糖	麻婆汁	木綿豆腐 鶏ミンチ 干しいたけ にんじん しょうが 油 みそ 濃口醤油 片栗粉	五色和え	小松菜 もやし にんじん しめじ カーネルコーン 花かつお 濃口醤油 砂糖	すまし汁	おろし カットわかめ しめじ いわし(黒干し) 濃口醤油 食塩	白桃缶	白桃缶
麦茶	麦茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	麦茶	麦茶
ストロベリーヨーグルト	ヨーグルト ストロベリーソース 砂糖	お昼ラスク	お昼 マーガリン 砂糖 グラニュー糖	リッツサンド	ルパン きな粉 マーガリン 砂糖 食塩	野菜ジュース	野菜ジュース	ビザトースト	食パン ツナフレーク クチャップ とうけるチーズ パセリ粉	干菓子	干菓子
20	牛乳 干菓子	21	牛乳 干菓子	22	牛乳 干菓子	23	牛乳 干菓子	24	牛乳 干菓子	25	牛乳 干菓子
ツナの炊き込みご飯	米 ツナフレーク にんじん しめじ 薄揚げ だし 濃口醤油 砂糖	振りかけご飯	米 いわし(黒干し) 白ごま 食塩 醤油のり	御飯	米	海の日		スポーツの日		ナポリタン	スパゲティ 食塩 ポークウィンナー たまねぎ にんじん 油 クチャップ コンソメ 砂糖
春巻き	春巻き 油	八宝菜	豚肉(もも) ほうろくさい たまねぎ にんじん ビーマン もやし かまぼこ 鶏がらスープ 砂糖 食塩 濃口醤油 みりん 片栗粉 油	豚肉と厚揚げのチャンプルー	豚肉(もも) 厚揚げ たまねぎ ビーマン にんじん もやし だし 濃口醤油 濃口醤油 砂糖 食塩	ひじきサラダ	ひじき きゅうり にんじん カーネルコーン 酢 砂糖 食塩			コンソメスープ	キャベツ 切干大根 にんじん コンソメ 食塩 濃口醤油
みそ汁	ほうれん草 にんじん おろし みそ	ワンタンスープ	ワンタンの皮 干しいたけ 厚揚げ 鶏がらスープ 濃口醤油 食塩	すまし汁	小松菜 しめじ 薄揚げ いわし(黒干し) 濃口醤油 食塩					みかん缶	みかん缶
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	麦茶	麦茶
お好み焼き	キャベツ ちくわ 長いも 小麦粉 うどんだし 花かつお お好みソース マヨドレ	さつま芋チップス	さつま芋 油 食塩	麦茶	麦茶	フルーツヨーグルト	ヨーグルト 果糖粉 砂糖			干菓子	干菓子
27	牛乳 干菓子	28	牛乳 干菓子	29	牛乳 干菓子	30	牛乳 干菓子	31	牛乳 干菓子		
エビピラフ	米 巻きえび たまねぎ ミックスベジタブル 油 コンソメ 食塩	夏野菜カレー	米 鶏白湯肉 たまねぎ にんじん とうがん なす かぼちゃ カットマトモ カレールック 油	パセリご飯	米 パセリ粉 食塩	御飯	米	揚げワンタンの野菜あんかけ丼	米 ワンタンの皮 油 豚肉(もも) キャベツ たまねぎ もやし にんじん ビーマン 鶏がらスープ 濃口醤油 砂糖 食塩 片栗粉		
ひじきと切干大根のサラダ	ひじき 切干大根 にんじん ツナフレーク マヨドレ 砂糖 食塩	よくばりサラダ	キャベツ きゅうり にんじん ツナフレーク カーネルコーン 花かつお 酢 砂糖 食塩	酢豚風煮	豚肉(もも) たまねぎ にんじん ビーマン 干しいたけ バイン缶 油 鶏がらスープ 酢 砂糖 濃口醤油 みりん クチャップ 片栗粉	鶏肉のあっさり煮	鶏肉(もも) じゃがいも たまねぎ にんじん いんげん ちくわ 油 だし 濃口醤油 濃口醤油 砂糖 食塩	野菜スープ	じゃがいも たまねぎ にんじん コンソメ 食塩 濃口醤油		
かぼちゃのポターージュ	かぼちゃ たまねぎ パンプキンクリーム 無糖豆乳			中華スープ	木綿豆腐 カットわかめ もやし 鶏がらスープ 濃口醤油 食塩	白和え	大根 薄揚げ おろし みそ	バイ内缶	バイ内缶		
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
フルーツミックス	バイ内缶 白桃缶 桃缶	チーズパンケーキ	ホットケーキミックス 牛乳 粉チーズ とうけるチーズ	麦茶	麦茶	フルーツヨーグルト	ヨーグルト バイン缶 砂糖	フライドポテト	シューストリングポテト 食塩		