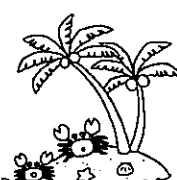




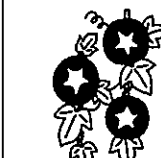





★ 7月 うめ・さくら・もも 献立表 ★

1 月	2 火	3 水	4 木	5 金	6 土	8 月	9 火	10 水	11 木	12 金	13 土	15 月
<p>■ごはん 米 ■鮭の西京焼き 秋鮭 しお 甘みそ さとう</p> <p>■ほうれん草の和えもの ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■すまし汁 とうふ カットわかめ 青ねぎ 淡口しょうゆ しお みりん風 だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■豚肉の生姜炒め ぶたにく たまねぎ 緑豆もやし にんじん 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■がんと煮 がんと煮 にんじん きぬさや 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■削りぶし はくさい ふ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■鶏のマーマレード焼き とりにく マーマレード 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー にんじん かつおぶし 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■スープ キャベツ コーン ★パイヨン しお</p>	<p>■冷やし中華風 中華めん ロースハム 緑豆もやし きゅうり ツナ水煮 コーン 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■殺物酢 鶏がらスープ ごま油 ■金平ごぼう ごぼう にんじん ぶたにく ごま油 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■白ごま</p>	<p>■☆七夕献立☆ ■七夕カレー 米 とりにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーウ ★パイヨン にんじん おくら</p> <p>■コーンサラダ コーン たまねぎ きゅうり にんじん マヨネーズ</p>	<p>■麻婆丼 米 とうふ 豚ひき肉 たまねぎ 青ねぎ しょうが みそ 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■鶏がらスープ 鶏がらスープ ごま油 ■インゲンの中華和え さやいんげん にんじん ごま油 殺物酢 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■中華スープ 緑豆もやし カットわかめ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ</p> 	<p>■ごはん 米 ■鯖の塩焼き さば しお</p> <p>■高野豆腐の煮物 高野とうふ にんじん きぬさや 削りぶし さとう</p> <p>■淡口しょうゆ 削りぶし さとう</p> <p>■みそしる みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■鶏のねぎみそ焼き とりにく 青ねぎ みそ 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■キャノーラ油 ■春雨サラダ はるさめ きゅうり にんじん 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■すまし汁 だいきん えのき 青ねぎ 淡口しょうゆ しお</p> <p>■みりん風 だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■スタミナ炒め ぶたにく たまねぎ にんじん 赤ピーマン 黄ピーマン トマト缶 ケチャップ キャノーラ油 しお</p> <p>■カレー粉 カレー粉 カレーウ パイヨン パセリ缶 ■大根サラダ だいこん コーン にんじん 殺物酢 さとう</p> <p>■濃口しょうゆ ■スープ キャベツ ほうれん草 パイヨン しお</p>	<p>■豚丼 米 ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■だし昆布 削りぶし</p> <p>■ブロッコリーの和え物 ブロッコリー にんじん 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■みそしる はくさい ふ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<h2 style="font-size: 2em;">海の日</h2> 		
<p>■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 しお 牛乳</p>	<p>■クラッカージャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳</p>	<p>■きなこクッキー こめ粉 きな粉 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳</p>	<p>■わかめおにぎり 米 わかめご飯の素 ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■フルーツ (もも缶) もも缶 ■牛乳</p>	<p>■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳</p>	<p>■ボンマッシュマロ ばん菓子 マッシュマロ マーガリン ■牛乳</p>	<p>■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳</p>	<p>■ココアクッキー こめ粉 ココア ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳</p>	<p>■おかかおにぎり 米 かつおぶし 濃口しょうゆ さとう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■フルーツ (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳</p>	

16 火	17 水	18 木	19 金	20 土	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金	27 土	29 月	30 火	31 水
<p>■ごはん 米 ■豆腐ハンバーグ とうふハンバーグ 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■みりん風 ■オクラのおかか和え おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■かつおぶし みそしる たまねぎ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■豚肉のボン酢炒め ぶたにく たまねぎ にんじん ピーマン トマト缶 ケチャップ さとう</p> <p>■しお キャノーラ油 ■インゲンの和え物 さやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■みそしる とうふ あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ナポリタン スパゲティ 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン トマト缶 ケチャップ さとう</p> <p>■パイヨン しお キャノーラ油 ■ミニボトフ だいこん マーガリン ブロッコリー にんじん ウインナー パイヨン しお</p> 	<p>■ポークカレー 米 ぶたにく メーカーイン たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーウ パイヨン</p> <p>■マカロニサラダ マカロニ きゅうり にんじん 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■みそしる たまねぎ あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■鶏のすき焼き風丼 米 とりにく たまねぎ 糸こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 さとう</p> <p>■ほうれん草のおかか和え ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■かつおぶし みそしる とうふ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■たらの煮付け たら しょうが 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■ほうれん草のおかか和え ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■みそしる とうふ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■鶏の唐揚げ とりにく 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■かたくり粉 こめ粉 キャノーラ油 ■もやしの和え物 もやし きゅうり にんじん さとう</p> <p>■濃口しょうゆ みそしる さとう</p> <p>■すまし汁 こまつな みりん風 淡口しょうゆ しお</p> <p>■だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■豚肉の胡麻醤油炒め ぶたにく たまねぎ にんじん キャノーラ油 さとう</p> <p>■しお 白ごま キャノーラ油 ■切干大根の煮物 切干だいこん にんじん きぬさや 淡口しょうゆ さとう</p> <p>■削りぶし みそしる きやべつ あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■冷やしきつねうどん うどん あぶらあげ 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■削りぶし カットわかめ 青ねぎ だし昆布 削りぶし しお</p> <p>■淡口しょうゆ みりん風 ■野菜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん 緑豆もやし さやいんげん キャノーラ油 鶏がらスープ しお</p> <p>■濃口しょうゆ</p> 	<p>■カレーピラフ 米 ウインナー たまねぎ にんじん キャノーラ油 しお</p> <p>■カレー粉 パイヨン パセリ缶 ■コールスローサラダ きやべつ にんじん コーン マヨネーズ ■スープ 緑豆もやし ほうれん草 パイヨン しお</p> 	<p>■中華丼 米 ぶたにく はくさい たまねぎ にんじん しいたけ かまぼこ キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■鶏がらスープ かたくり粉 ■ブロッコリーの中華和え ブロッコリー にんじん 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■すまし汁 きやべつ ふ 青ねぎ みりん風 淡口しょうゆ</p>	<p>■ごはん 米 ■鶏の味噌煮 さば しょうが みそ さとう</p> <p>■みりん風 濃口しょうゆ 削りぶし</p> <p>■オクラの和え物 おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう</p> <p>■すまし汁 きやべつ ふ 青ねぎ みりん風 淡口しょうゆ</p> 	<p>■ごはん 米 ■ポークチャップ ぶたにく たまねぎ マッシュルーム ケチャップ さとう</p> <p>■みりん風 濃口しょうゆ 削りぶし</p> <p>■キャノーラ油 ■ポテトサラダ メーカーイン きゅうり にんじん マヨネーズ しお</p> <p>■スープ たまねぎ こまつな パイヨン しお</p>	<p>■ごはん 米 ■鶏のしょうゆこうじ焼き とりにく 醤油こうじ</p> <p>■キャベツの酢の物 きやべつ みりん風 濃口しょうゆ にんじん 殺物酢 さとう</p> <p>■淡口しょうゆ 削りぶし</p> <p>■みそしる とうふ ほうれん草 みそ だし昆布 削りぶし</p>
<p>■ポップコーン (きなこ) ポップコーンの素 キャノーラ油 きな粉 さとう ■牛乳</p>	<p>■セサミクッキー こめ粉 ベーキングパウダー 黒ごま マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳</p>	<p>■いなりおにぎり 米 あぶらあげ さとう 濃口しょうゆ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■フルーツ (すいか) すいか ■牛乳</p>	<p>■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳</p>	<p>■お麩のラスク お麩 マーガリン さとう ■牛乳</p>	<p>■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳</p>	<p>■抹茶クッキー こめ粉 抹茶缶 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳</p>	<p>■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■フルーツ (ももとパイ缶) もも缶 パイ缶 ■牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳</p>	<p>■ブルーベリージャムサンド クラッカー ブルーベリージャム ■牛乳</p>	<p>■高野豆腐のココアトースト 高野とうふ さとう ココア とうにゅう ■牛乳</p>	<p>■キャラットクッキー こめ粉 にんじん ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳</p>