

7月

7月14日はクッキングです

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
1	木	ご飯 鶏のおろし煮 大豆カレー 味噌汁	ご飯 鶏肉 大根 葱 濃口しょうゆ みりん サラダ油 片栗粉 牛挽肉 豚挽肉 大豆 人参 玉葱 いんげん コーン カレールウ 薄揚げ 人参 豆腐 大根 しめじ わかめ だしの素 味噌	牛乳 もちもちチーズパン	牛乳 白玉粉 牛乳 粉チーズ サラダ油
2	金	ご飯 カレイのきのこあんかけ 切り干し大根サラダ 清汁	ご飯 カレイ しめじ えのき 葱 濃口しょうゆ みりん サラダ油 切干しだいこん 人参 胡瓜 コーン 玉葱 味噌 砂糖 濃口しょうゆ 豆腐 ごぼう なす じゃが芋 もやし わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	クロレラ フルーチェ	クロレラ フルーチェの素
3	土	親子丼 味噌汁 フルーツ	ご飯 鶏肉 人参 玉葱 しめじ 卵 葱 だしの素 濃口しょうゆ みりん 薄揚げ 人参 豆腐 ごぼう しめじ わかめ だしの素 味噌 りんご	お菓子	お菓子
5	月	ご飯 鮭の味噌ミルク煮 ひじきのかわり煮 南瓜のカレースープ	ご飯 鮭 人参 じゃが芋 いんげん コンソメ 牛乳 味噌 ひじき ツナ 人参 玉葱 コーン 大根 コンソメ 砂糖 南瓜 人参 大根 キャベツ 薄揚げ カレールウ	牛乳 くるくるミートパイ	牛乳 鶏挽肉 豚挽肉 玉葱 コーン じゃが芋 コンソメ パイシート
6	火	ご飯 もち米シューマイ 人参の白和え わかめスープ	ご飯 豚挽肉 椎茸 筍 玉葱 ウエイパー もち米 人参 れんこん コーン いんげん 豆腐 濃口しょうゆ 砂糖 みりん 豚肉 チンゲン菜 薄揚げ わかめ もやし なす ウエイパー	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
7	水	ちらし寿司 ハンバーグ 大根サラダ にゅうめん	ご飯 しらす干し 人参 干椎茸 筍 れんこん すしのこ すし酢 合挽肉 玉葱 パン粉 卵 デミグラスソース 牛乳 ホタテ 大根 人参 コーン 胡瓜 キャベツ マヨネーズ そうめん ふ なす 大根 チンゲン菜 だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 ミニメロンパン	牛乳 メロンパン
8	木	鮭わかめご飯 焼きコロッケ ブロッコリーのクリーム煮 大根スープ フルーツヨーグルト	ご飯 鮭わかめふりかけ 豚挽肉 さつま芋 じゃが芋 玉葱 パン粉 牛乳 うずら卵 ホタテ ブロッコリー 玉葱 人参 しめじ ホワイトソース 大根 人参 わかめ 玉葱 チンゲン菜 南瓜 ウエイパー みかん缶 パイン缶 バナナ ヨーグルト	ジョア レモンシフォンケーキ	ジョア 卵 サラダ油 グラニュー糖 薄力粉 レモン汁

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

7月

7月14日はクッキングです

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
9	金	焼きそば ささみサラダ フライドポテト ウインナー コンソメスープ	焼きそば もやし 人参 キャベツ 玉葱 豚肉 葱 中濃ソース ささみ 人参 胡瓜 コーン もやし 濃口しょうゆ 砂糖 ごま油 フライドポテト ウインナー 大根 わかめ しめじ 人参 チンゲン菜 ごぼう コンソメ	牛乳 天使のパンケーキ	牛乳 ホットケーキミックス ヨーグルト 牛乳
10	土	ハヤシライス 清汁 フルーツ	牛肉 ご飯 人参 いんげん 玉葱 マッシュルーム ハヤシルウ 豆腐 薄揚げ なす じゃが芋 しめじ わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん メロン	お菓子	お菓子
12	月	ご飯 ブリのゴマダレ焼 牛肉と春雨の炒め物 味噌汁	ご飯 ブリ 白葱 濃口しょうゆ みりん ゴマ 牛肉 春雨 人参 玉葱 いんげん 濃口しょうゆ 砂糖 ごま油 薄揚げ 人参 なす 大根 しめじ わかめ だしの素 味噌	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
13	火	味噌煮込みうどん ほうれん草の炒り煮 フルーツ	うどん 豚肉 人参 大根 白菜 絹厚揚げ 葱 味噌 みりん だしの素 こんにゃく しらす干し 人参 しめじ コーン ほうれんそう 卵 濃口しょうゆ 砂糖 薄揚げ すいか	牛乳 豆腐白玉団子	牛乳 豆腐 白玉粉 濃口しょうゆ 砂糖
14	水	パン 鮭のから揚げ ポテトソース ミートスパゲッティ コンソメスープ	クリームエスカルゴ 鮭 じゃが芋 サラダ油 牛乳 コンソメ 唐揚げ粉 豚挽肉 スパゲッティ 人参 玉葱 なす デミグラスソース ケチャップ 大根 わかめ しめじ 人参 キャベツ 南瓜 コンソメ	牛乳 ピザトースト	牛乳 食パン ピザソース チーズ 玉葱 ピーマン ウインナー
15	木	ご飯 鶏のケチャップ煮 ひじきのドレッシング和え 中華スープ	ご飯 鶏肉 人参 玉葱 マッシュルーム コーン グリーンピース しめじ なす デミグラスソース ハム ひじき 人参 玉葱 胡瓜 コーン マヨネーズ チンゲン菜 人参 もやし 玉葱 じゃが芋 豆腐 ウェイパー	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
16	金	パン ナゲット キッシュ コーンチャウダー	イエローロール 鶏挽肉 豆腐 卵 パン粉 コンソメ ベーコン 卵 玉葱 ほうれんそう マッシュルーム チーズ コンソメ 玉葱 人参 南瓜 なす しめじ クリームコーン 牛乳 コンソメ	クロレラ 芋っち団子	クロレラ さつま芋 砂糖 米粉 食塩

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

7月

7月14日はクッキングです

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
17	土	ジャージャー麺 金平ごぼう フルーツ	中華麺 豚肉 玉葱 人参 チンゲン菜 もやし ウエイパー 赤味噌 牛肉 ごぼう エリンギ 人参 いんげん だしの素 濃口しょうゆ みりん コーン すいか	お菓子	お菓子
19	月	ご飯 鮭のかわり焼き 南瓜のクリーミーサラダ 味噌汁	ご飯 鮭 たくあん 粉チーズ 卵 薄力粉 パン粉 パセリ マヨネーズ 南瓜 胡瓜 コーン ベーコン 玉葱 生クリーム コンソメ 人参 薄揚げ さつま芋 豆腐 大根 しめじ わかめ だしの素 味噌	クロレラ チーズケーキ	クロレラ クリームチーズ 砂糖 卵 薄力粉 コーンスターチ サワークリーム レモン汁
20	火	ご飯 タンドリーチキン ほうれん草のソテー コンソメスープ	ご飯 鶏肉 ヨーグルト カレー粉 焼き肉のたれ ベーコン ほうれん草 人参 玉葱 マッシュルーム コーン バター コンソメ 南瓜 わかめ しめじ 人参 キャベツ ごぼう コンソメ	牛乳 ウイナーマフィン	牛乳 ホットケーキミックス ウイナー 卵 牛乳 薄力粉 ベーキングパウダー チーズ
21	水	ご飯 鯖のみそ焼き ビーフン 清汁	ご飯 鯖 白味噌 みりん ホタテ ビーフン 人参 しめじ エリンギ 玉葱 チンゲン菜 オイスターソース 豆腐 ごぼう なす じゃが芋 大根 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
24	土	麻婆豆腐丼 清汁 フルーツ	ご飯 豚挽肉 豆腐 玉葱 人参 葱 味噌 濃口しょうゆ 砂糖 大根 ごぼう なす じゃが芋 しめじ わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん みかん みかん缶	お菓子	お菓子
26	月	鯛の香味焼 五目大豆 味噌汁	鯛 白葱 酢 砂糖 濃口しょうゆ ゴマ ツナ 大豆 人参 玉葱 こんにゃく いんげん コーン だしの素 濃口しょうゆ みりん 薄揚げ 人参 南瓜 大根 しめじ わかめ だしの素 味噌	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
27	火	カレーピラフ 高野豆腐の卵とじ コンソメスープ フルーツ	ご飯 焼豚 しめじ 人参 玉葱 エリンギ ビーマン コンソメ 濃口しょうゆ バター カレー粉 鶏挽肉 高野豆腐 赤ピーマン 玉葱 コーン 卵 だしの素 濃口しょうゆ みりん 大根 わかめ しめじ 人参 キャベツ 南瓜 コンソメ バナナ	牛乳 エッグパイ	牛乳 卵黄 牛乳 薄力粉 グラニュー糖 パイシート

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

7月

7月14日はクッキングです

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
28	水	パン 鶏のパン粉焼き マカロニサラダ カレースープ	ワッサンデニッシュ 鶏肉 卵 パン粉 薄力粉 ケチャップ ウスターソース マカロニ 玉葱 人参 ハム 胡瓜 コーン マヨネーズ じゃが芋 人参 玉葱 大根 キャベツ 薄揚げ カレールウ		
				牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
29	木	ご飯 カレいの香り揚げ 肉じゃが 豚汁	ご飯 カレー 白葱 サラダ油 濃口しょうゆ 砂糖 ごま油 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 糸こんにゃく 葱 だしの素 濃口しょうゆ みりん 豚肉 人参 大根 ごぼう 白菜 しめじ だしの素 味噌		
				牛乳 雲パン	牛乳 卵 グラニュー糖 片栗粉
30	金	ご飯 スクエアバーグ 和風スパゲッティ 大根スープ	ご飯 牛挽肉 豚挽肉 コーン 人参 チーズ ケチャップ ウスターソース 卵 ツナ 玉葱 しめじ ひじき 人参 葱 スパゲッティ 濃口しょうゆ みりん 大根 人参 わかめ 玉葱 ほうれんそう 南瓜 ウェイパー		
				クロレラ お菓子	クロレラ お菓子
31	土	中華丼 味噌汁 フルーツ	ご飯 豚肉 玉葱 人参 筍 白菜 椎茸 ウェイパー 濃口しょうゆ 味噌 砂糖 薄揚げ 人参 豆腐 大根 しめじ わかめ だしの素 味噌 りんご		
				お菓子	お菓子

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品