

7月

12日ははきく組、うめ組のクッキングです

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	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 大根 人参 ごぼう 白菜 豆腐 わかめ だしの素 味噌 オレンジ みかん缶	お菓子	お菓子
3	月	ご飯 鶏のパン粉焼き 大豆カレー コンソメスープ	ご飯 鶏肉 卵 パン粉 薄力粉 ケチャップ ウスターソース 牛挽肉 豚挽肉 大豆 人参 玉葱 いんげん コーン カレールウ 大根 わかめ しめじ 人参 ジャガ芋 ごぼう コンソメ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
4	火	ご飯 ブリ香り揚げ もやしサラダ 味噌汁	ご飯 ブリ 白葱 濃口しょうゆ みりん ごま油 ハム もやし 人参 玉葱 コーン 胡瓜 濃口しょうゆ 砂糖 酢 南瓜 人参 ごぼう 白菜 豆腐 わかめ だしの素 味噌	牛乳 フリアン	牛乳 アーモンドブードル 粉糖 薄力粉 卵 無塩バター
5	水	パン グラタン ひじきのかわり煮 カレースープ	丸ロール 鶏挽肉 玉葱 人参 マッシュルーム コーン ツナ マカロニ ホワイトソース ひじき ツナ 人参 玉葱 いんげん 大根 コンソメ 砂糖 薄揚げ 人参 玉葱 南瓜 なす キャベツ カレールウ 牛乳	牛乳 フロランタン	牛乳 チョコイス アーモンドスライス バター 砂糖 生クリーム
6	木	ご飯 もち米シューマイ 人参の白和え かき玉スープ	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 人参 大根 わかめ 南瓜 ごぼう しめじ 卵 ウエイパー	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
7	金	ご飯 鯖のみそ焼き 高野豆腐の卵とじ 清汁	ご飯 鯖 白味噌 みりん 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 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	クロレラ ホットク	クロレラ ホットケーキミックス こしあん
10	月	ご飯 鶏のおろし煮 牛肉と春雨の炒め物 味噌汁	ご飯 鶏肉 大根 葱 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 片栗粉 牛肉 春雨 人参 玉葱 いんげん ごま油 濃口しょうゆ 砂糖 大根 人参 ごぼう 白菜 豆腐 わかめ だしの素 味噌	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

7月

12日ははきく組、うめ組のクッキングです

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
11	火	ちゃんぽん麺	中華麺 豚肉 人参 玉葱 キャベツ ごぼう 椎茸 うずら卵	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
		ほうれん草の炒り煮	ウェイパー 濃口しょうゆ ベーコン 人参 ごぼう コーン ほうれんそう 卵 濃口しょうゆ		
12	水	フルーツ	みかん みかん缶		
		ご飯 スクエアバーグ	ご飯 牛挽肉 豚挽肉 コーン 人参 ごぼう チーズ ケチャップ ウスターソース 卵		
13	木	大根サラダ	ホタテ 大根 人参 コーン 胡瓜 キャベツ マヨネーズ	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
		コンソメスープ	大根 わかめ じゃが芋 人参 キャベツ ごぼう コンソメ		
14	金	ご飯 鮭のかわり焼き	ご飯 鮭 玉葱 粉チーズ 卵 薄力粉 パン粉 パセリ ウスターソース ケチャップ		
		ブロッコリーのクリーム煮 かき玉汁	ホタテ ブロッコリー 玉葱 人参 しめじ ホワイトソース 竹輪 大根 わかめ さつまいも ごぼう えのき 卵 だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
15	土	ご飯 カレーのきのこあんかけ	ご飯 カレー しめじ えのき 葱 濃口しょうゆ みりん 揚げ油		
		柳川風煮	牛肉 人参 玉葱 ごぼう 糸こんにゃく いんげん コーン 卵 だしの素 濃口しょうゆ みりん	クロレラ アイスボックスクッキー	クロレラ バター グラニュー糖 卵 薄力粉 アーモンドプードル
16	日	豚汁	豚肉 わかめ 大根 じゃが芋 白菜 人参 だしの素 味噌		
		ハヤシライス	ご飯 牛肉 人参 いんげん 玉葱 マッシュルーム ハヤシルウ		
17	月	清汁	豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 色板 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
		フルーツ	りんご	お菓子	お菓子
18	火	パン	ワッサンデニッシュ		
		ローストチキン マカロニサラダ コーンチャウダー	鶏肉 玉葱 濃口しょうゆ みりん マカロニ 玉葱 人参 ハム 胡瓜 コーン マヨネーズ ウインナー キャベツ 人参 じゃが芋 しめじ 玉葱 クリームコーン 牛乳 コンソメ	牛乳 お好み焼き	牛乳 ツナ キャベツ お好み焼き粉 卵 お好みソース
19	水	ご飯 鱈の竜田揚げ	ご飯 鱈 濃口しょうゆ 砂糖 揚げ油		
		具沢山卵焼き 清汁	ハム コーン 玉葱 人参 椎茸 卵 濃口しょうゆ コンソメ 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 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

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

7月

12日ははきく組、うめ組のクッキングです

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
20	木	ご飯 ナゲット すき焼き風煮 味噌汁	ご飯 鶏挽肉 豆腐 卵 パン粉 コンソメ 牛挽肉 玉葱 ごぼう 人参 糸こんにゃく エリンギ 葱 濃口しょうゆ 砂糖 大根 人参 薄揚げ 白菜 さつまいも わかめ だしの素 味噌	牛乳 アップルパイ	牛乳 パイシート りんご 無塩バター 砂糖
		ご飯 鮭のから揚げ タルタルソース キャベツカレー 清汁	ご飯 鮭 卵 たくあん マヨネーズ 唐揚げ粉 揚げ油 ツナ 豚挽肉 キャベツ 玉葱 コーン 人参 カレールウ 味噌 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	クロレラ サワークリームケーキ	クロレラ バター 砂糖 卵 サワークリーム 薄力粉
22	土	ジャージャー麺 ごぼうサラダ 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 ハム 人参 ごぼう いんげん コーン マヨネーズ すいか	お菓子	お菓子
		ご飯 タラのマヨネーズ焼 ホイコーロー 清汁	ご飯 タラ 玉葱 しめじ コーン マヨネーズ パン粉 豚肉 キャベツ ピーマン コーン ごぼう 味噌 濃口しょうゆ 砂糖 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 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
25	火	ご飯 ひじき入りつくね グリーンエッグサラダ かき玉汁	ご飯 ひじき 鶏挽肉 ごぼう 玉葱 卵 パン粉 濃口しょうゆ 砂糖 ベーコン 人参 コーン ほうれんそう 玉葱 卵 コンソメ マヨネーズ 人参 大根 わかめ 南瓜 しめじ 卵 だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 ぼうしパン	牛乳 ミネラルロール バター 卵 薄力粉 砂糖
		ご飯 鮭わかめご飯 煮込みハンバーグ ほうれん草のソテー コンソメスープ	ご飯 鮭わかめふりかけ 合挽肉 玉葱 ごぼう パン粉 卵 牛乳 マッシュルーム デミグラスソース ケチャップ ベーコン ほうれんそう 人参 玉葱 マッシュルーム コーン バター コンソメ じゃが芋 わかめ しめじ 人参 キャベツ ごぼう コンソメ	ジョア ミニメロンパン	ジョア ミニメロンパン
27	木	ご飯 鯖のエスニック風 ひじきのドレッシング和え 味噌汁	ご飯 鯖 玉葱 濃口しょうゆ 粉チーズ カレー粉 揚げ油 ハム ひじき 人参 玉葱 胡瓜 コーン マヨネーズ 大根 人参 しめじ 南瓜 豆腐 わかめ だしの素 味噌	牛乳 レモンシフォンケーキ	牛乳 卵 サラダ油 グラニュー糖 米粉 レモン汁

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

7月

12日ははきく組、うめ組のクッキングです

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	金	パン スコッチエッグ ツナサラダ コーンチャウダー	ワッサンデニッシュ 合挽肉 玉葱 ごぼう うずら卵 パン粉 卵 デミグラスソース ツナ キャベツ コーン 胡瓜 人参 めんつゆ ウインナー キャベツ 人参 じゃが芋 しめじ なす クリームコーン 牛乳 コンソメ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
29	土	中華丼 大根スープ フルーツ	ご飯 豚肉 玉葱 人参 筍 白菜 うずら卵 ウェイパー 濃口しょうゆ 味噌 砂糖 大根 人参 わかめ じゃが芋 チンゲン菜 もやし ウェイパー りんご	お菓子	お菓子
31	月	ご飯 鮭のピカタ 肉じゃが 清汁	ご飯 鮭 キャベツ 玉葱 デミグラスソース 卵 薄力粉 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 ごぼう 糸こんにゃく 葱 だしの素 濃口しょうゆ みりん 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 チーズケーキ	牛乳 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

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品