

7月

29日はきく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	月	ご飯 肉団子 もやしサラダ 清汁	ご飯 豚挽肉 玉葱 椎茸 筍 卵 濃口しょうゆ 砂糖 酢 揚げ油 ハム もやし 人参 玉葱 コーン 胡瓜 濃口しょうゆ 砂糖 酢 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	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
				フロランタン	
2	火	パン 鮭のカレームニエル ポテトサラダ コンソメスープ	クリームエスカルゴ 鮭 カレー粉 薄力粉 バター ケチャップ ハム ジャガ芋 人参 胡瓜 玉葱 マヨネーズ 大根 わかめ しめじ 人参 キャベツ ごぼう コンソメ	牛乳	牛乳 お菓子
				お菓子	
3	水	味噌煮込みうどん 人参しりしり フルーツ	うどん 豚肉 人参 大根 白菜 薄揚げ 葱 味噌 みりん だしの素 人参 しめじ ハム 玉葱 卵 濃口しょうゆ 鶏がらだし すいか	牛乳	牛乳 もち米 赤味噌 ごま油 砂糖
				五平餅風	
4	木	ご飯 鯛の幽庵焼 すき焼き風煮 味噌汁	ご飯 鯛 味ぼん 砂糖 白味噌 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 しめじ もやし 豆腐 わかめ だしの素 味噌	牛乳	牛乳 さつま芋 砂糖 米粉 食塩 揚げ油
				芋っち団子	
5	金	きんば 鶏の照り焼き にゅうめん フルーツゼリー	ご飯 焼海苔 牛肉 たくあん ほうれんそう ごま油 焼き肉のたれ 鶏肉 濃口しょうゆ みりん 酒 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 みかん缶 ゼリーの素	クロレラ	クロレラ お菓子
				お菓子	
6	土	ハヤシライス 清汁 フルーツ	ご飯 牛肉 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 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 りんご	お菓子	お菓子
8	月	ご飯 オイマヨチキン もやしと薄揚げのサラダ 大根スープ	ご飯 鶏肉 オイスターソース マヨネーズ 濃口しょうゆ 砂糖 ツナ もやし 薄揚げ 葱 コーン ウェイパー 砂糖 ごま油 大根 人参 わかめ 玉葱 キャベツ 南瓜 ウェイパー	牛乳	牛乳 バター ウインナー 卵 牛乳 ホットケーキミックス ケチャップ
				アメリカンドック	

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

7月

29日はきく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
9	火	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 ウェイパー 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 ウェイパー	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
10	水	ご飯 カレイのきのこあんかけ 大豆カレー 清汁	ご飯 カレイ しめじ えのき 葱 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 牛挽肉 豚挽肉 大豆 人参 玉葱 いんげん コーン カレールウ 豆腐 竹輪 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
11	木	ご飯 豚みそ焼き ほうれん草のゴマ和え わかめスープ	ご飯 豚肉 玉葱 人参 もやし チンゲン菜 赤味噌 酒 砂糖 濃口しょうゆ ゴマ ほうれんそう 薄揚げ 人参 しめじ コーン しらす干し ゴマ 濃口しょうゆ 砂糖 牛肉 絹厚揚げ 大根 人参 じゃが芋 わかめ 卵 ウェイパー	牛乳 フルーツポンチ	牛乳 みかん缶 パイン缶 バナナ ゼリーの素
12	金	ご飯 鮭のから揚げ タルタルソース ひじきのかわり煮 かき玉スープ	ご飯 鮭 たくあん 卵 マヨネーズ 唐揚げ粉 揚げ油 ひじき ツナ 人参 玉葱 いんげん コーン コンソメ 砂糖 豚肉 大根 人参 じゃが芋 絹厚揚げ 卵 わかめ 味噌 みりん だしの素	クロレラ お菓子	クロレラ お菓子
13	土	味噌ラーメン ごぼうサラダ フルーツ	中華麺 焼豚 人参 玉葱 チンゲン菜 わかめ ウェイパー 味噌 ツナ ハム 人参 ごぼう 胡瓜 コーン マヨネーズ すいか	お菓子	お菓子
16	火	パン 鶏のパン粉焼き マカロニサラダ 南瓜のカレースープ	丸ロール 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 南瓜 人参 大根 キャベツ 薄揚げ カレールウ	牛乳 お好みボール	牛乳 ツナ キャベツ お好み焼き粉 葱 チーズ 卵
17	水	ご飯 タラの味噌マヨネーズ焼 ビーフン 清汁	ご飯 タラ 白葱 味噌 マヨネーズ ホタテ ビーフン 人参 しめじ わかめ エリンギ コーン チンゲン菜 濃口しょうゆ みりん 豆腐 薄揚げ ほうれんそう さつま芋 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

29日はきく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
18	木	ご飯 チキン南蛮 切り干し大根サラダ かき玉スープ	ご飯 鶏肉 濃口しょうゆ 砂糖 酢 マヨネーズ 揚げ油 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 人参 えのき わかめ 南瓜 ごぼう 筍 卵 ウェイパー		
				牛乳 チョコチップケーキ	牛乳 ソフトマーガリン グラニュー糖 卵 ベーキングパウダー 牛乳 生クリーム 薄力粉 チョコチップ
19	金	ご飯 さつま揚げ ささみサラダ 味噌汁	ご飯 はんぺん ごぼう 玉葱 コーン 人参 葱 卵 パン粉 炒め油 ささみ 人参 胡瓜 コーン もやし 玉葱 ごま油 濃口しょうゆ 砂糖 大根 ジャガ芋 しめじ 白菜 豆腐 わかめ だしの素 味噌		
				クロレラ もちもちチーズパン	クロレラ 白玉粉 牛乳 粉チーズ サラダ油
20	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 筍 白菜 豆腐 わかめ だしの素 味噌 りんご		
				お菓子	お菓子
22	月	ご飯 鯖の立田揚げ葱ソース 肉じゃが 清汁	ご飯 鯖 白葱 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 牛肉 玉葱 人参 ジャガ芋 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 ほうれんそう 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
				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
23	火	鮭わかめご飯 焼きコロッケ ミートスパゲッティ かき玉スープ フルーツ	ご飯 鮭わかめふりかけ 豚挽肉 さつま芋 ジャガ芋 玉葱 パン粉 牛乳 ケチャップ 砂糖 豚挽肉 スパゲティ 人参 玉葱 なす デミグラスソース ケチャップ 人参 大根 わかめ 南瓜 ごぼう しめじ 卵 ウェイパー バナナ		
				ジョア ミニメロンパン	ジョア ミニメロンパン
24	水	パン 煮込みハンバーグ 春雨カレー コーンチャウダー	ワッサンデニッシュ 合挽肉 玉葱 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 春雨 コーン 人参 玉葱 胡瓜 ツナ カレー粉 めんつゆ ウイナー キャベツ 人参 ジャガ芋 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
25	木	カレーチャーハン コールスローサラダ 味噌汁 フルーツ	ご飯 豚挽肉 人参 玉葱 コーン マッシュルーム 葱 カレー粉 コンソメ ツナ コーン キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 マヨネーズ 大根 人参 しめじ 白菜 ジャガ芋 わかめ だしの素 味噌 バナナ		
				牛乳 豆腐ドーナツ	牛乳 ホットケーキミックス 豆腐 砂糖 揚げ油 粉糖

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

7月

29日はきく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
26	金	ご飯 鮭のかわり焼き ひじきのドレッシング和え 豚汁	ご飯 鮭 粉チーズ パン粉 バセリ マヨネーズ ケチャップ お好みソース 砂糖 ハム ひじき 人参 玉葱 胡瓜 コーン マヨネーズ 豚肉 わかめ 大根 ごぼう チンゲン菜 人参 だしの素 味噌	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
29	月	ご飯 ひじき入りつくね 枝豆のみぞれあ和え 味噌汁	ご飯 ひじき 鶏挽肉 玉葱 卵 パン粉 濃口しょうゆ 砂糖 冷凍えだまめ コーン 玉葱 竹輪 ツナ 大根 砂糖 濃口しょうゆ ごぼう 人参 しめじ 白菜 豆腐 わかめ だしの素 味噌	牛乳 ホットク	牛乳 ホットケーキミックス こしあん
30	火	ご飯 カレイの磯部揚げ 根菜炒め 大根スープ	ご飯 カレイ あおのり 揚げ油 濃口しょうゆ 砂糖 ごま油 牛挽肉 人参 れんこん ごぼう コーン いんげん 濃口しょうゆ 砂糖 大根 人参 わかめ 玉葱 白菜 もやし ウェイパー	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
31	水	ご飯 ナゲット ほうれん草の炒り煮 清汁	ご飯 鶏挽肉 豆腐 卵 パン粉 コンソメ ベーコン 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 もやし 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 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