



7がつこんだてひょう



1日 (月)	2日 (火)	3日 (水)	4日 (木)	5日 (金)
ぶりかけごはん (たまご) はっぼうさい 八宝菜 まつかさや イカの松笠焼き にんじん 人参とコーンのサラダ はくとう フルーツ (白桃)	ごはん タレカツ ポイルキャベツ ひじきと大豆の煮物 ポテトサラダ フルーツ (みかん)	ビビンバ ちくわ 竹輪のマヨ醤油炒め シュウマイ フルーツ (パイナップル)	なつやさい 夏野菜カレー とりにく からあ 鶏肉の唐揚げ だいこん 大根サラダ フルーツ (りんご)	ぶどうパン ハンバーグトマトソース スクランブルエッグ むげん 無限ピーマン はくとう フルーツ (白桃)
8日 (月)	9日 (火)	10日 (水)	11日 (木)	12日 (金)
ごはん すき焼き風煮 やさい 野菜かきあげ ちゅうかあ もやし中華和え フルーツ (みかん)	ぶりかけごはん (おかか) まつかげやき 松風焼 にく 肉じゃが ちんげんさい チンゲン菜のおひたし フルーツ (パイナップル)	オレンジパン タンドリーチキン ウィンナーのコンソメ煮 いんげんのごま和え フルーツ (りんご)	ごはん あ 揚げ魚の野菜あんかけ ごちくまめ 五目煮豆 あつやきたまご 厚焼玉子 はくとう フルーツ (白桃)	スパゲティクリームソース きゅうにく 牛肉コロケ ほうれん草ソテー イタリアンサラダ フルーツ (みかん)
15日 (月)	16日 (火)	17日 (水)	18日 (木)	19日 (金)
	カレーライス チーズささみフライ えだまめ 枝豆とコーンのサラダ フルーツ (りんご)	ごはん マーボー 茄子 はるまき 春巻 ちゅうかあにひた 中華風煮浸し はくとう フルーツ (白桃)	パンプキンパン オムレツ はなやさい 花野菜ソテー じゃがいも じゃが芋のベーコン煮 フルーツ (みかん)	ぶりかけごはん (さけ) とりにく みそや 鶏肉の味噌焼き ブロッコリーおかか和え さつま芋サラダ フルーツ (パイナップル)
22日 (月)	23日 (火)	24日 (水)	25日 (木)	26日 (金)
ごはん とうふ うまに 豆腐の旨煮 ミニハンバーグおろしソース ツナサラダ フルーツ (りんご)	マーブルパン かにクリームコロケ マカロニソテー チリコンカン ほうれん草とコーンのソテー はくとう フルーツ (白桃)	ソース焼きそば あ 揚げギョーザ きりほしだいこん 切干大根サラダ フルーツ (みかん)	ごはん ホイコーロー フライドスイートポテト あおな 青菜ともやしのナムル フルーツ (パイナップル)	ごはん やきにく 焼肉 ちくわ 竹輪の天ぷら マカロニサラダ フルーツ (りんご)
29日 (月)	30日 (火)	31日 (水)		
ごはん メンチカツ ポイルキャベツ だいず とりにく ちゅうかいた 大豆と鶏肉の中華炒め チーズポテト はくとう フルーツ (白桃)	ねぎたどん ネギ豚丼 はるさめ 春雨とインゲンの炒め物 にんじん 人参おかかあえ フルーツ (みかん)	ミルクパン しろみさかな 白身魚フライ ミートボール わかめとツナのサラダ フルーツ (パイナップル)		