

7月のこんだてひょう

日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料												
4	月	ごはん		5	火	塩ラーメン	ラーメン・豚肉・もやし・人参・ねぎ・塩ラーメンスープ(小麦、乳、大豆、豚、鶏、りんご)・こしょう・ロードだし[豚骨、鶏骨、人参、玉葱、ねぎ、昆布]	6	水	中華スープ	ベーコン・コーン・クリームコーン・卵・ねぎ・ごま油・塩・コンソメ・でんぷん・鶏ガラスープ・こしょう	7	木	ナン													
		白玉汁	白玉もち・豆腐・油揚げ・大根・ごぼう・ねぎ・味噌・煮干し			たこやき【小3個・中5個】	たこ焼き(小麦、大豆、卵、乳)・油・たこ焼きソース(もも、りんご、小麦、大豆、鶏、豚)			肉団子 甘酢あん炒め	ミートボール(大豆、鶏、豚)・玉葱・椎茸・人参・ピーマン・油・醤油・三温糖・ケチャップ・酢・鶏ガラスープ・酒・こしょう・コンソメ			カレーシチュー	豚肉・玉葱・人参・コーン・マーガリン・スキムミルク・牛乳・カレールウ・コンソメ・こしょう												
		さば味噌煮	(さば、大豆)			アンサンブルエッグ	(卵、乳、豚)			中華サラダ	きゅうり・もやし・ハム・塩クラゲ・春雨・ごま油・三温糖・醤油・酢・ごま			国産鶏豚ハンバーグ	(鶏、豚、大豆)												
		ひじきの煮付け	ひじき・しらたき・さつま揚げ・いんげん・人参・油・みりん・三温糖・醤油			カレースパゲティ	スパゲティ・オリーブ油・豚肉・ワイン・玉葱・人参・マッシュルーム・にんにく・油・マーガリン・牛乳・カレールウ・カレー粉・コンソメ・三温糖・こしょう							じゃがいもベーコン炒め	じゃがいも・ベーコン・バター・パセリ・塩・こしょう												
11	月	ごはん		12	火	アンサンブルエッグ	(卵、乳、豚)	13	水	肉豆腐どん	米・豚肉・生姜・醤油・酒・人参・玉葱・椎茸・豆腐・油・ごま・醤油・三温糖・酒	14	木	ココアパン													
		みそ汁	じゃがいも・玉葱・油揚げ・わかめ・味噌・煮干し							みそ汁	大根・人参・油揚げ・味噌・煮干し			トマトシチュー風	豚肉・じゃがいも・人参・玉葱・にんにく・ホールトマト・ブロッコリー・バター・ベースソース・ケチャップ・ソース・ワイン・コンソメ・三温糖・塩・こしょう												
		白身魚フライ	白身魚フライ(小麦、大豆)・油							もやしのサラダ	もやし・ハム・竹輪・ごま油・三温糖・醤油・酢			野菜コロッケ	野菜コロッケ(小麦)・油												
		鶏肉のごま風味サラダ	鶏肉・きゅうり・もやし・いんげん・ごま・三温糖・ごま油・酢・豆板醤・醤油・塩											ツナあえ	キャベツ・ツナ・コーン・醤油・ごま油												
18	月	ごはん		19	火	豚骨ラーメン	ラーメン・豚肉・もやし・玉葱・キャベツ・人参・ねぎ・ごま・豚骨ラーメンスープ(小麦、大豆、豚、鶏)・だし[豚骨、鶏骨、人参、玉葱、ねぎ、昆布]	20	水	ごはん		21	木	黒糖パン													
						コーンソテー	コーン・ウインナー・ピーマン・油・塩・こしょう			具だくさんみそ汁	豚肉・玉葱・人参・ごぼう・キャベツ・しめじ・ねぎ・にんにく・生姜・味噌・削り節・昆布			キャベツのスープ	キャベツ・ベーコン・ねぎ・人参・コンソメ・醤油・塩・こしょう												
										鶏肉の味噌からめ	鶏肉・醤油・酒・でんぷん・油・赤味噌・三温糖・みりん			ポークチャップ	豚肉・ケチャップ・ソース・三温糖・油												
										春雨サラダ	春雨・きゅうり・ハム・ごま・三温糖・醤油・ごま油・酢			チーズポテト	じゃがいも・塩・バター・牛乳・チーズ・上白糖												
25	月	ごはん		 <p>1日の豚丼、13日の肉豆腐丼、22日のカレーライスごはんにかけて食べましょう。 25日 ジンギスカンは、滝川に本店のあるマツオジンギスカンさんが、皆さんに食べてもらいたいと提供していただきました。味わって食べて下さいね!</p>												22	金	夏野菜カレーライス	米・ベーコン・じゃがいも・玉葱・人参・なす・ピーマン・ズッキーニ・りんご・マーガリン・にんにく・スキムミルク・カレールウ・ソース								
		ジンギスカン	松尾ジンギスカン(小麦、大豆、リンゴ、オレンジ)・ピーマン・もやし・玉ねぎ・キャベツ・油																							タピオカ入りフルーツ	もも缶・みかん缶・りんご缶・タピオカ・カクテルゼリー(りんご、もも、大豆)・ココナツミルク・牛乳・砂糖
		かまぼこ	(卵、大豆、小麦)																								
		たたききゅうり	きゅうり・三温糖・醤油・ごま油																								