

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				
5	月	ハヤシライス	米・豚肉・玉葱・人参・マッシュルーム・マーガリン・ハヤシラーソース・デミグラスソース・トマトピューレ・ケチャップ・コンソメ・こしょう	6	火	コーンバターラーメン	麺・コーン・バター・焼き豚(豚、小麦、大豆)・人参・もやし・ねぎ・ごま・味噌ラーメンスープ(小麦、大豆、豚、鶏)だし[豚骨、鶏骨、人参、玉葱、ねぎ、昆布]	7	水	ごはん		8	木	食パン					
		野菜炒め	キャベツ・玉葱・もやし・ピーマン・ベーコン・油・コンソメ・塩・こしょう			国産若鶏と野菜のつくね	(小麦、大豆、鶏)			みそ汁	水菜・玉葱・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・バター・小麦粉・スチームミルク・牛乳・コンソメ・鶏ガラスープ				
										いわしの梅煮	(小麦、大豆)			hamチーズカツ	hamチーズカツ(鶏、豚、大豆、卵、乳、小麦)・油				
										肉じゃが	豚肉・じゃがいも・人参・玉葱・しらたき・油・みりん・三温糖・醤油			つけあわせ	キャベツ・Pソース				
12	月	なすトマライス(かけごはん、バターライス)	米・バター・豚肉・玉葱・なす・油・ケチャップ・ミートソース缶・トマトベースソース・コンソメ・ソース・塩・こしょう・チーズ	13	火	スープスパゲティ	スパゲティ・人参・玉葱・しめじ・ベーコン・パセリ・オリーブ油・バター・にんにく・コンソメ・塩・こしょう	14	水	ごはん		15	木	ナン					
		キャベツのスープ	キャベツ・豚肉・ねぎ・人参・コンソメ・醤油・塩・こしょう			メンチカツ	国産豚肉メンチカツ(豚、小麦、大豆)・油			ジンギスカン	松尾ジンギスカン(小麦、米、大豆、オレジン、リンゴ)・ピーマン・もやし・玉葱・キャベツ・油			カレーシチュー	豚肉・玉葱・人参・コーン・マーガリン・スチームミルク・牛乳・カレールー・コンソメ・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							ささかまぼこ	(卵、小麦、大豆)			ウインナー					
19	月	ごはん		20	火	わかめラーメン	麺・豚肉・生姜・もやし・玉葱・人参・ねぎ・わかめ・醤油ラーメンスープ(小麦、大豆、豚、鶏)・ごま油・こしょう	21	水	豚丼	米・豚肉・酒・醤油・でんぷん・油・醤油・酒・みりん・三温糖・でんぷん・ごま	22	木	ジャーマンポテト	じゃがいも・ベーコン・玉葱・パセリ・シュレットチーズ・油・塩・こしょう				
		みそ汁	豆腐・なめこ・ねぎ・味噌・煮干し			手羽元のガーリック風味	手羽元・塩・こしょう・にんにく・オリーブ油・レモン汁			具だくさんみそ汁	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								
		鯖味噌煮	(さば、大豆)							卵焼き	(卵)								
		大根のきんぴら	大根・人参・筍・椎茸・さつま揚げ・油・ごま油・三温糖・酒・醤油・唐辛子																
26	月	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・ズッキーニ・ピーマン・マーガリン・スチームミルク・カレールー・ソース・リンゴ・にんにく	28	日	食パンにhamカツとキャベツをはさんで食べましょう!		29	月	スープスパゲティは、いつもと同じ量をどんぶりに入れるので、少なめに配食してください。		30	火	松尾ジンギスカンを使わせてもらっています。味わって食べてね!		1	水	2日、2日は、具や肉をごはんにかけて食べてください。	
		フルーツカルピス	カクテルゼリー(りんご、もも、大豆)・桃缶・みかん缶・りんご缶・カルピス(乳、大豆)																

