

(5)

様

2024、7月分予定献立

保護者確認欄

乳製品

※7月は乳製品の使用はありません。

(月)	(火)	(水)	(木)	(金)
1 減量黒糖パン	2 米飯	3 米飯	4 米飯	5 米飯
鶏肉のさっぱり煮 ブロッコリーのコンソメ味 ミネストローネスープ	たことかぼちゃのかき揚げ チンゲンサイの和え物 竹輪のみそ汁	牛肉とごぼうのうま煮 冬瓜のすまし汁	ピリ辛丼 モロヘイヤのスープ	魚(まだい)の塩こうじ焼き ほうれんそうのおかか和え そうめん汁 セタゼリー
8 減量パン	9 米飯	10 減量パン	11 米飯	12 米飯
ポークビーンズ こんにゃくサラダ	鶏肉のレモン風味 おひたし 夏野菜のみそ汁	魚(シイラ)の香草焼き ゆでとうもろこし もち麦スープ	肉じゃが煮 野菜サラダ	ビビンバ(肉、野菜・錦糸卵) もずくのすまし汁
15	16 米飯	17 米飯	18 麦ご飯	19
	魚(ほっけ)の照り焼き 枝豆 冬瓜の煮物	豚肉のしょうが焼き(梅風味) ほうれんそうのごま和え だんごのみそ汁	サマーカレー 海と畑のサラダ	

※牛乳(パック)は毎日つきます。

2024、7

No.1

[illegible]

2024、7

No.2

[illegible]

2024、7

No.3

15(月)			16(火)			17(水)			18(木)			19(金)		
			米飯 魚(ほっけ)の照り焼き 枝豆 冬瓜の煮物			米飯 豚肉のしょうが焼き(梅風味) ほうれんそうのごま和え だんごのみそ汁			麦ご飯 サマーカレー 海と畑のサラダ					
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
			ほっけ切身 50g	1切れ	1切れ	豚肉ももスライス	30	36	牛肉ももばら角切り	30	35			
			上白糖	3	3	豚肉ばらスライス	30	36	米ぬか油	0.3	0.35			
			こいくちしょうゆ	4.5	4.5	米ぬか油	0.5	0.6	にんにく	0.5	0.6			
			清酒	1.5	1.5	しょうが	0.8	0.96	にんじん	20	22			
			本みりん	1.5	1.5	減塩うめびしお	6	7.2	たまねぎ	56	62			
			水	4.5	4.5	こいくちしょうゆ	2	2.4	なす	18	22			
			でんぷん	0.4	0.4	三温糖	1.5	1.8	かぼちゃ角切り	30	36			
						清酒	1	1.2	冷凍さやいんげん	5	6			
			枝豆	15	18	本みりん	1	1.2	給食用カレーフレーク	16	18			
			天外天塩	1	1.2	水	2.8	3.36	ウスターソース	2	2.4			
						でんぷん	0.18	0.22	ケチャップ	2	2			
			とうがん	75	90	たまねぎ	30	36	赤ワイン	0.5	0.6			
			鶏もも皮つき	20	24	冷凍ほうれんそう	20	24	天外天塩	0.2	0.25			
			うずら卵水煮	25	30	ほうれんそう	20	24	りんご	3	3			
			うすくちしょうゆ	1.1	1.32	キャベツ	20	24	ガラムマサラ	0.02	0.04			
			三温糖	0.5	0.6	いりごま	0.6	0.72	ココナッツミルク	2.5	3			
			本みりん	0.2	0.24	上白糖	0.5	0.6	キャベツ	17	20.4			
			冷凍絹厚揚げ	15	18	こいくちしょうゆ	3	3.6	きゅうり	10	12			
			たけのこ水煮	15	18	いも団子	25	30	まぐろ油漬け	15	18			
			にんじん	15	18	たまねぎ	15	18	にんじん	5	6			
			冷凍さやいんげん	5	6	にんじん	12	14.4	冷凍ホールコーン	5	6			
			うすくちしょうゆ	6.1	7.32	油揚げ	3	3.6	乾しひじき	1.5	1.8			
			三温糖	2.5	3	葉ねぎ	3.5	3.5	うすくちしょうゆ	2.2	2.64			
			本みりん	1	1.2	煮干し	4	4	米酢	2.8	3.36			
			でんぷん	2	2.4	みそ	7.25	7.4	上白糖	1.2	1.44			
			削り節 3号だし	2	2.4				米粒麦	9.7	12.5			