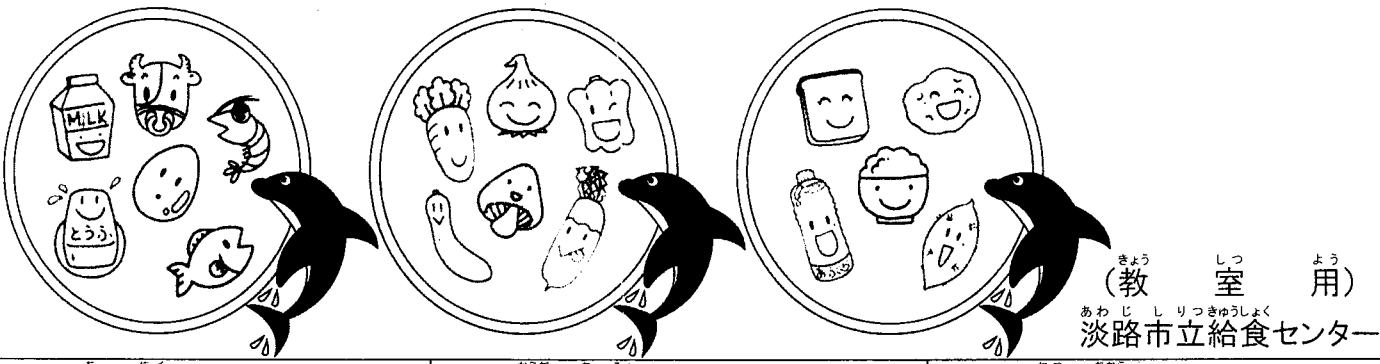


2024 ねん 7 がつの
えいようしどうひょう



日 (曜)	こんだて名	血や肉になるもの (あか)	体の調子をととのえるもの (みどり)	熱や力になるもの (き)
① 月	とりにく 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	とりにく 鶏肉 コンソメ ぶたにく 豚肉 ベーコン スープベース	しょうが ブロッコリー ズッキーニ たまねぎ にんじん 冷凍トマト パセリ	さんおんとう 三温糖 でんぷん こめ あぶら 米ぬか油 じゃがいも げんりよう けんとうパン えーびーしー ABCマカロニ
2 火	たことかぼちゃのかき揚げ チンゲンサイの和え物 ちくわ 竹輪のみそ汁 (NEW)	たこ 焼き竹輪 煮干し みそ	かぼちゃ たまねぎ ホールコーン チンゲンサイ にんじん えのきたけ 葉ねぎ	てん 天ぷら粉 米ぬか油 じょうはくとう 上白糖
3 水	ぎゅうにく 牛肉とごぼうのうま煮 とうがん 冬瓜のすまし汁	ぎゅうにく とりにく けず ぶし 牛肉 鶏肉 削り節 だし昆布	にんじん ごぼう たけのこ水煮 しらたき さやいんげん とうがん 乾しいたけ	こめ あぶら さんおんとう 米ぬか油 三温糖
4 木	からどん ぶり辛井 モロヘイヤのスープ (NEW)	ぶたにく はちよう 豚肉 八丁みそ チキンハム スープベース	キャベツ 根深ねぎ 赤ピーマン エリンギ にんにく モロヘイヤ きくらげ たまねぎ にんじん ホールコーン	こめ あぶら じょうはくとう 米ぬか油 上白糖 ごま油 いりごま
5 金	さかな 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 七タゼリー	まだい かつお節 なんと えんぞう 塩蔵わかめ 乾燥湯葉 だし昆布 削り節	ほうれんそう にんじん 葉ねぎ	しお じょうはくとう 塩こうじ 上白糖 そうめん たなばた セタゼリー
⑧ 月	ポークビーンズ こんにゃくサラダ	ぶたにく む だいず 豚肉 煮し大豆 ベーコン スープベース とりにく 鶏肉	たまねぎ にんじん トマトピューレ サラダこんにゃく きゅうり キャベツ	こめ あぶら 米ぬか油 じゃがいも げんりよう けんとうパン ペンネマカロニ じょうはくとう あぶら 上白糖 ごま油
9 火	とりにく 鶏肉のレモン風味 おひたし なつ や さい 夏野菜のみそ汁	とりにく あぶら あ 鶏肉 油揚げ みそ 煮干し	レモン果汁 こまつな もやし 葉ねぎ かぼちゃ なす にんじん たまねぎ	でんぷん 米ぬか油 じょうはくとう 上白糖
⑩ 水	さかな 魚(シイラ)の香草焼き ゆでとうもろこし もち麦スープ	シイラ 焼豚 スープベース	バジルペースト とうもろこし たまねぎ にんじん キャベツ	もち麦
11 木	にく 肉じゃが煮 や さい 野菜サラダ	ぶたにく 豚肉 チキンハム	にんじん たまねぎ しらたき きゅうり さやいんげん ブロッコリー 赤ピーマン	こめ あぶら 米ぬか油 じゃがいも さんおんとう じょうはくとう 三温糖 上白糖
12 金	ビビンバ(肉、野菜・錦糸卵) もずくのすまし汁	ぎゅうにく きん し たまご かんそう 牛肉 錦糸卵 乾燥もずく れいとう豆腐 けず ぶし 冷凍豆腐 削り節	は 葉ねぎ しょうが にんにく にんじん だいず もやし ほうれんそう えのきたけ	さんおんとう 三温糖 いりごま じょうはくとう あぶら 上白糖 ごま油
16 火	さかな 魚(ほっけ)の照り焼き えだまめ 枝豆 とうがん に もの 冬瓜の煮物	ほっけ とりにく たまごみず に 鶏肉 うずら卵水煮 あつ あ けず ぶし 厚揚げ 削り節	えだまめ 枝豆 とうがん たけのこ水煮 にんじん さやいんげん	じょうはくとう 上白糖 でんぷん さんおんとう 三温糖
17 水	ぶたにく 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	ぶたにく あぶら あ に ぼ 豚肉 油揚げ 煮干し みそ	しょうが ねり梅 たまねぎ 葉ねぎ ほうれんそう キャベツ にんじん	こめ あぶら さんおんとう 米ぬか油 三温糖 だんご でんぷん いりごま 上白糖
18 木	サマーカレー うみ はたけ 海と畑のサラダ	ぎゅうにく まぐろ あぶら づ 牛肉 まぐろ油漬 ほ 乾しひじき	にんにく にんじん たまねぎ なす かぼちゃ さやいんげん りんご キャベツ きゅうり ホールコーン	こめ あぶら さんおんとう 米ぬか油 カレーフレーク むぎ ごはん ココナッツミルク 上白糖

※○印は、パン給食の日となっています。
※おはしは毎日きれいに洗って持ってきてきましょう。
※材料等の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承下さい。