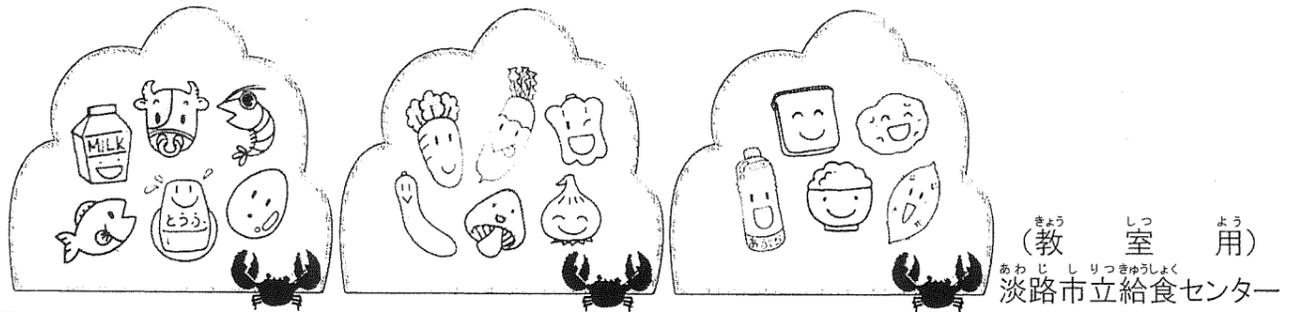


2025ねん 7がつの
えいようしどうひょう



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 火	たこのから揚げ ゆでとうころもし 豚汁	たこ 豚肉 冷凍豆腐 みそ 煮干し	とうもろこし にんじん こんにやく ごぼう 葉ねぎ	でんぷん 米ぬか油
2 水	照り焼きチキン きゅうりともやしの和え物 竹輪のすまし汁	照り焼きチキン だし昆布 焼き竹輪 乾燥湯葉 削り節	きゅうり もやし にんじん 葉ねぎ	上白糖 いりごま
3 木	マーボー豆腐 中華風サラダ	冷凍豆腐 豚ひき肉 八丁みそ 鶏肉	しょうが にんにく にんじん たまねぎ 乾しいたけ にはら キャベツ きゅうり きくらげ	三温糖 ごま油 でんぷん はるさめ 上白糖
4 金	魚(さけ)の塩こうじ焼き 枝豆 冬瓜の煮物	さけ 鶏肉 うずら卵水煮 厚揚げ 削り節	えだまめ とうがん たけのこ水煮 にんじん さやいんげん	塩こうじ 三温糖 でんぷん
⑦ 月	米粉のビーフシチュー ポークハムサラダ	牛肉 ポークハム	にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム トマトピューレ セロリー りんご キャベツ きゅうり	米ぬか油 じゃがいも 米粉のハイシルウ 上白糖
8 火	星型ハンバーグ(あんかけ) <NEW> カラフルピーマン そうめん汁 セタゼリー	星型ハンバーグ なんと まぐろ油漬 塩蔵わかめ 乾燥湯葉 だし昆布 削り節	ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン にんじん 葉ねぎ	上白糖 でんぷん ごま油 いりごま そうめん セタデザート
⑨ 水	ポークビーンズ ビーフンサラダ	豚肉 蒸し大豆 ベーコン スープベース チキンハム	たまねぎ にんじん トマトピューレ きゅうり	米ぬか油 じゃがいも ペンネマカロニ 上白糖 ビーフン ごま油
10 木	おさかなそぼろ丼(魚そぼろ、錦糸卵) 夏野菜のみそ汁	たら 錦糸卵 油揚げ みそ 煮干し	ごぼう にんじん しょうが たまねぎ ほうれんそう かぼちゃ なす 葉ねぎ	三温糖
11 金	モロヘイヤのかき揚げ キャベツの和え物 すり身団子のすまし汁	ちりめんじゃこ 塩蔵わかめ 野菜ミックスボール だし昆布 削り節	モロヘイヤ たまねぎ ホールコーン キャベツ にんじん もやし 乾しいたけ 葉ねぎ	さつまいも てんぷら粉 米ぬか油 上白糖
⑭ 月	鶏肉の香草焼き ブロッコリーのコンソメ味 ミネストローネスープ	鶏肉 コンソメ 豚肉 ベーコン スープベース	バジルペースト 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	米ぬか油 じゃがいも エービーシー ABCマカロニ
15 火	豚肉のみそ炒め 冬瓜のすまし汁 やさいふりかけ	豚肉 みそ 鶏肉 削り節 だし昆布	キャベツ にんじん もやし 根深ねぎ エリンギ しょうが とうがん 乾しいたけ やさいふりかけ	米ぬか油 上白糖 ごま油
16 水	飲むゼリー(なんとオレンジ) <NEW> たちうおの天ぷら <NEW> <NEW> じゃこときゅうりの酢のもの 六色あわじる	たちうお ちりめんじゃこ 塩蔵わかめ みそ 煮干し	きゅうり たまねぎ なす にんじん	てんぷら粉 米ぬか油 上白糖 じゃがいも
17 木	サマーカレー 海と畑のサラダ	牛肉 まぐろ油漬 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	米ぬか油 カレーフレーク ココナッツミルク 上白糖

※〇印は、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下さい。
※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。