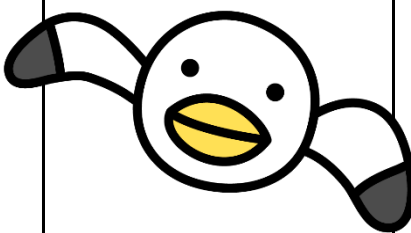


2022 7月の給食献立表



日 (曜日)	11・25 月	12・26 火	13・27 水	14 木	28 木	1・15・29 金	2・16・30 土	4 月	5・19 火	6・20 水	7・21 木	8・22 金	9・23 土
昼 食	【ごはん】 七分つき米 【いわしのかばやき】 いわし 小麦粉 こいくち醤油 砂糖 酒 味醂 【ポテトサラダ】 じゃがいも にんじん きゅうり ノンエッグマヨネーズ 【みそ汁】 だし みそ 納豆	【焼きうどん】 油 豚肉 にんじん ピーマン キャベツ うどん ソース かつお節 あおのり 【南瓜の酢の物】 かぼちゃ にんじん きゅうり 【みそ汁】 わかめ 砂糖 酢 こいくち醤油 【みそ汁】 だし みそ 油揚げ 豆腐	【ごはん】 七分つき米 【マーボー茄子】 油 豚ミンチ なす ピーマン たまねぎ 赤みそ こいくち醤油 砂糖 片栗粉 鶏だし 【チーズポテト】 じゃがいも 粉チーズ 洋風だし 片栗粉 チーズ 油 【すまし汁】 だし うすくち醤油 こいくち醤油 えのき茸 ふ	【炊き込みご飯】 七分つき米 ツナ にんじん ごぼう ちりめんじゃこ 油揚げ しめじ うすくち醤油 こいくち醤油 【ひじきのかき揚げ】 大豆 にんじん ひじき にぼし あおのり てんぷら粉 油 【みそ汁】 だし みそ さつまいも わかめ	【炊き込みご飯】 七分つき米 ツナ にんじん ごぼう ちりめんじゃこ 油揚げ しめじ うすくち醤油 こいくち醤油 【ひじきのかき揚げ】 大豆 にんじん ひじき にぼし あおのり てんぷら粉 油 【みそ汁】 だし みそ さつまいも わかめ	【ごはん】 七分つき米 【チキンカレー】 油 鶏もも肉 にんじん たまねぎ じゃがいも グリーンピース かぼちゃ ノンビーフルウ トンカツソース 【マカロニサラダ】 マカロニ にんじん きゅうり ノンエッグマヨネーズ 【みそ汁】 かつお節 だし 【みそ汁】 みそ かぼちゃ 油揚げ	【ごはん】 七分つき米 【高野豆腐の含め煮】 油 たまねぎ じゃがいも グリーンピース 高野豆腐 だし 砂糖 こいくち醤油 【小松菜のかつお和え】 小松菜 にんじん えのき茸 こいくち醤油 かつお節 【みそ汁】 だし みそ かぼちゃ 油揚げ	【ごはん】 七分つき米 【チキンカツ】 鶏むね肉 小麦粉 パン粉 油 ケチャップ 【ほうれん草の雑魚和え】 ほうれん草 にんじん ちりめんじゃこ こいくち醤油 【みそ汁】 だし みそ じゃがいも えのき茸	【とうもろこしごはん】 七分つき米 とうもろこし 洋風だし うすくち醤油 【豚肉と夏野菜の生姜炒め】 油 豚肉 にんじん きゅうり ピーマン なす たまねぎ しょうが こいくち醤油 鶏だし 片栗粉 【すまし汁】 だし うすくち醤油 こいくち醤油 ニラ 豆腐	【ごはん】 七分つき米 【五目豆】 油 鶏もも肉 にんじん 大豆 れんこん ごぼう こんぶ だし 砂糖 こいくち醤油 【春雨の和え物】 春雨 にんじん きゅうり わかめ 砂糖 酢 こいくち醤油 【すまし汁】 だし うすくち醤油 こいくち醤油 しめじ ふ	【冷やしそうめん】 鶏ささ身 にんじん きゅうり そうめん 砂糖 塩 みりん 酒 こいくち醤油 うすくち醤油 だし 【さつま芋の磯辺揚げ】 さつまいも 米粉 あおのり 油	【ハヤシライス】 七分つき米 油 豚肉 たまねぎ じゃがいも にんじん グリーンピース ハヤシルウ 【ひじき煮】 ひじき にんじん 油揚げ だし 砂糖 こいくち醤油	【ごはん】 七分つき米 【豚肉の野菜巻き】 豚肉 にんじん いんげん 小麦粉 油 砂糖 酒 みりん こいくち醤油 【小松菜の煮びたし】 小松菜 にんじん 油揚げ だし こいくち醤油 【みそ汁】 だし みそ 豆腐 わかめ
	午後おやつ	【チーズトースト】 食パン チーズ あおのり 【にぼし】 【牛乳】	【さつま芋ドーナツ】 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー 豆乳 油 さつまいも 【にぼし】 【牛乳】	【ヨーグルト】 ヨーグルト 砂糖 【ビスケット】 【にぼし】 【牛乳】	【お好みせんべい】 ソフトせんべい ソース かつお節 あおのり 【リンゴジュース】	【せんべい】 【棒チーズ】 【にぼし】 【牛乳】	【ぶどうゼリー】 【せんべい】 【にぼし】 【牛乳】	【ビスケット】 【にぼし】 【牛乳】	【スイカ】 【せんべい】 【にぼし】 【牛乳】	【きなこマカロニ】 マカロニ きな粉 砂糖 塩 【にぼし】 【牛乳】	【さつま芋ケーキ】 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー 豆乳 油 さつまいも 【にぼし】 【牛乳】	【青菜おにぎり】 七分つき米 油 小松菜 鶏ミンチ だし 砂糖 こいくち醤油 【にぼし】 【牛乳】	【バナナ】 【ビスケット】 【にぼし】 【牛乳】



※【煮干し】は幼児のみです