

7月のこんだて



毎月19日は
食育の日

病弱普通食

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|--|---|---|--|--|
| | | | <p>1 はくとう(かん)</p> <p>牛乳 ぎゅうにゅう</p> <p>ツナのカレーポテト</p> <p>チョコだいずクリーム 大小</p> <p>パン とんこつはるさめスープ</p> | <p>2</p> <p>牛乳 ぎゅうにゅう</p> <p>ゆかりあえ</p> <p>ひじきふりかけ</p> <p>ごはん かいかにか</p> |
| <p>5 オリ・パラ こんだて 献立 (イギリス)</p> <p>牛乳 ぎゅうにゅう</p> <p>フィッシュアンドチップス</p> <p>ソフトチーズ 大小</p> <p>パン なつやさいスープ</p> | <p>6</p> <p>牛乳 ぎゅうにゅう</p> <p>クリームヨーグルト</p> <p>バナラ ゴーヤチャンプルー</p> <p>さけふりかけ</p> <p>ごはん ちゅうかスープ</p> | <p>7 行事食 たなばた セタ ししゃもフライ</p> <p>牛乳 ぎゅうにゅう</p> <p>タルタルソース</p> <p>きざみのり</p> <p>ごはんにまぜます</p> <p>たなばたゼリー</p> <p>ごもくずし そうめんじる</p> | <p>8 たのしみ こんだて 献立 あおのりキャベツ</p> <p>牛乳 ぎゅうにゅう</p> <p>ぶどうゼリー</p> <p>とりのてりに</p> <p>りんごジャム 大小</p> <p>パン とうにゅうのパンパキンスープ</p> | <p>9</p> <p>牛乳 ぎゅうにゅう</p> <p>えびシューマイ</p> <p>ナムル</p> <p>ひきにくととうふのもの</p> |
| <p>12</p> <p>牛乳 ぎゅうにゅう</p> <p>ゆでやさいサラダごまふうみ</p> <p>なっとう</p> <p>ごはん トマトにくじゃが</p> | <p>13</p> <p>牛乳 ぎゅうにゅう</p> <p>おうとうコンポート</p> <p>やさいのアーモンドいため</p> <p>いちごジャム 大小</p> <p>なすとアスパラのミートソーススパゲッティ</p> <p>テーブルロール</p> | <p>14</p> <p>牛乳 ぎゅうにゅう</p> <p>さかなのなんばんづけ</p> <p>ごはん もずくのみそじる</p> | <p>15</p> <p>牛乳 ぎゅうにゅう</p> <p>みかんシャーベット</p> <p>レバーのケチャップに</p> <p>ブルーベリージャム</p> <p>パン ごもくスープ</p> | <p>16 野菜の日 こんだて 献立</p> <p>牛乳 ぎゅうにゅう</p> <p>ミックスフルーツ</p> <p>ごはんにかけます</p> <p>やさいカレーライス</p> |
| <p>19 食育の日 しょくいく ひ わしょく こんだて 和食献立</p> <p>牛乳 ぎゅうにゅう</p> <p>じゃがいものきんぴら</p> <p>さばのホイル焼き</p> <p>ごはん とうがんのすましじる</p> | <p>20</p> <p>ぜんきぜんはん</p> <p>しゅうりょう</p> | | | |