


7月 きゅうしょくこんだてひょう(てんのうじく)

7月のめあて よいしせいで食べよう

★除去食 こんだて

日	ようび	パン・ごはん	ぎゅうにゅう	こんだてめい	日	ようび	パン・ごはん	ぎゅうにゅう	こんだてめい
1日	水	こくとうパン 		かぼちゃのミートグラタン スープ みかんゼリー	9日	木	ごはん 		けいにくとひとくちがんものにも オクラのうめふうみ ツナっぱいため
2日	木	ごはん 		ロモ・サルタード ロクロ	10日	金	コッパン  ブルーベリージャム		チキンパエリア ウィンナーとキャベツのスープ おうとう(かんづめ)
3日	金	おさつパン 		★けいにくとやさいのスープに ジャーマンポテト きゅうりとコーンのサラダ	13日	月	ごはん 		ぶたにくとやさいのにも ひじきまめ ささみとキャベツのごまみそやき
6日	月	ごはん 		さけのしょうゆだれかけ みそしる とうがんのにも	14日	火	ごはん 		ゴーヤチャンプルー シブイじる あつあげのしょうがしょうゆかけ
7日	火	ごはん 		★ピリからどんぶり ちゅうかスープ きゅうりのあまずづけ	15日	水	コッパン  みかんジャム		けいにくのからあげ ちゅうかに もやしのピリからあえ
8日	水	ミニコッパン 		カレースパゲッティ グリーンアスパラガスとキャベツのサラダ はっこうにゅう	16日	木	ごはん 		なつやさいのカレーライス サワーソテー ようなし(かんづめ)

こんだてコンクール
より
「ペルーのりょうり」


だいず
(むき
えだまめ)


とうがん
(シブイ)
