

7月 きゅうしょくカレンダー



1日 (火)			ゴーヤチャンプルー (かつおぶし)、 五目汁、焼きじゃが	10日 (木)			鶏肉のからあげ、 ハムととうがんの中華スープ、 きゅうりのピリ辛あえ
2日 (水)			鶏肉と一口がんと煮もの、 オクラの梅風味、ツナっ葉いため	11日 (金)			みそ肉じゃが、 あつあげのしょうがじょうゆかけ、 オクラのおかかいため
3日 (木)			かぼちゃのミートグラタン、スープ、 みかんゼリー	14日 (月)			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、 発酵乳
4日 (金)			牛丼、もやしとピーマンのごまいため、 大福豆の煮もの	15日 (火)			豚肉と野菜の煮もの、ひじき豆、 ささみとキャベツのごまみそ焼き
7日 (月)			◇鶏肉と野菜のスープ煮、 ジャーマンポテト、 きゅうりとコーンのサラダ	16日 (水)			さけのつけ焼き、みそ汁、 とうがんの煮もの
8日 (火)			豚肉のしょうが焼き、五目汁、 ツナと野菜のいためもの	17日 (木)			押し麦のチキンパエリア、 ◇ウインナーとキャベツのスープ、 ミックスフルーツ (かんづめ)
9日 (水)			夏野菜のカレーライス、 サワーソーテ、洋なし (かんづめ)	大豆の除去食			