

























































































































































































































# 7月分こんだてひょう(中学校)































































白(輪)	こんだてみい	黄(おもにエネルギーのもとになる)	赤(おもにからだをつくるもとになる)	緑(おもにからだの調子をととのえるもとになる)
1日 (火)	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	 コッパパン  でん あふら  さびつ  ラーチ	 けいにく  ハム 	 しおが  にんじん  たまねぎ  にんじん  にんじん  えのきたけ  きゅうり
2日 (水)	ゴーヤチャンプルー 五目汁 焼きじゃが	 ごはん  あふら  じゃがいも  さびつ	 けいにく  あひだ  けいにく  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ	 もやし  にんじん  キャベツ  たまねぎ  にんじん
3日 (木)	鶏肉と一口がんもの オクラの梅風味 ツナっ葉いため	 ごはん  じゃがいも  さびつ  あふら	 けいにく  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ	 たまねぎ  にんじん  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ
4日 (金)	カレースパゲッティ グリーンスムージーとキャベツのサラダ 発酵乳	 ミッコパパン  スパゲッティ  あふら  さびつ	 けいにく  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ	 たまねぎ  にんじん  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ
7日 (月)	豚肉のしょうが焼き 五目汁 焼きのり ツナと野菜のいためもの	 ごはん  さびつ  あふら	 けいにく  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ	 たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ
8日 (火)	押麦のチキンパエリア ウインター 焼きのり ミックスフルーツ(缶)	 ごとうパン  お肉  あふら  さびつ	 けいにく  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ	 たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ
9日 (水)	牛丼 もやしとピーマンのごまいため 大福豆の煮もの	 ごはん  あふら  さびつ  さびつ	 けいにく  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ	 たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ
10日 (木)	みそ肉じゃが あつあけのしょうがじょうゆかけ オクラのおかかいため	 ごはん  じゃがいも  あふら  さびつ	 けいにく  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ	 たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ
11日 (金)	かぼちゃのミートグラタン スープ みかんゼリー	 おさつパン  あふら  さびつ  さびつ	 けいにく  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ	 たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ
14日 (月)	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	 ごはん  さびつ  あふら  さびつ	 けいにく  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ	 たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ
15日 (火)	鶏肉と野菜のスープ煮(★大豆) ジャーマンポテト きゅうりとコーンのサラダ	 ごはん  あふら  さびつ  さびつ	 けいにく  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ	 たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ
16日 (水)	夏野菜のカレーライス サワーソテー 洋なし(カット缶)	 ごはん  あふら  さびつ	 けいにく  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ	 たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ
17日 (木)	さけのつけ焼き みそ汁 とうがんの煮もの	 かやく ごはん  さびつ  あふら  さびつ	 けいにく  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ	 たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ



## 8月分こんだてひょう



26日 (火)	焼きそば えだまめ おさつチップス 発酵乳	 ミッコパパン  あふら  さびつ  さびつ	 けいにく  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ	 たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ
27日 (水)	ビーフカレーライス 野菜のピクルス りんご(カット缶)	 ごはん  じゃがいも  あふら  さびつ	 けいにく  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ	 たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ
28日 (木)	焼きハンバーグ 豆乳スープ ダイスゼリー(みかん)	 ごとうパン  じゃがいも  あふら  さびつ	 けいにく  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ	 たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ
29日 (金)	マーボーあつあけ きゅうりの中華あえ ぶどうゼリー	 ごはん  あふら  さびつ  さびつ	 けいにく  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ	 たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ  たまねぎ

★は除去食対応(大豆)です。