

7月 こんだてひょう

		1 ごはん いもだんご汁 さばのみそ煮 海そうサラダ 牛乳	2 黒糖パン ひよこ豆のスープ 肉だんごケチャップ味 ラーメンサラダ 牛乳	3 中華丼 ピリカラきゅうり ぶどうゼリー 牛乳
6 ちらし寿司 短冊汁 とりのから揚げ ジョア	7 スープスパゲッティ ハムのマリネ ベビーチーズ 牛乳	8 ごはん こまつなのみそ汁 さんまのおかか煮 切り干し大根の和え物 牛乳	9 ブランパン ポトフ どろぶたメンチカツ ほうれん草のソテー 牛乳	10 チキンカレーライス フレンチドレッシングサラダ 牛乳
13 エビピラフ ミネストローネ ほうれん草オムレツ 牛乳	14 塩ラーメン 揚げ春巻き ヨーグルト 牛乳	15 ごはん わかめのみそ汁 厚揚げの煮物 もやしのカレー味サラダ 牛乳	16 ホットドック (コッペパン・ウィンナー・ケチャップ) クリームシチュー イタリアンサラダ 牛乳	17 いりこ菜ごはん 根菜のごま汁 鮭のマヨネーズ焼き 牛乳
20 五目ごはん じゃがたま汁 焼きぎょうざ 牛乳	21 わかめうどん きつねもち むらさきいもチップス 牛乳	22 ごはん ホッケのつみれ汁 すきやき風煮 ささみの香味塩サラダ 牛乳	23 海の日	24 スポーツの日
27 ごはん キムチ豚汁 いわしのみぞれ煮 白菜のおかか和え 牛乳	28 焼きそば わかめスープ チーズはんぺんフライ 牛乳	29 ビーフカレーライス ミックスフルーツ 牛乳	30 チョコチップパン えびボールスープ マカロニのクリーム煮 キャベツと豆のサラダ 牛乳	31 ごはん 具だくさん汁 厚焼きたまご こんにやくきんぴら 牛乳

※赤字は、一部幕別産の食材を使用しています。

(今月の幕別産は、玉ねぎ・じゃがいも・ごぼう・だいこんです。)