

# 7月 こんだてひょう

月	火	水	木	金
<b>1</b> ごはん 牛乳 みそ汁 ハンバーグ (ボトルケチャップ) はるさめの中華和え  	<b>2</b> 五目うどん 牛乳 たこ焼き (1人2こ) きなこプリン  	<b>3</b> ごはん 牛乳 にらたまみそ汁 うの花コロッケ 豚肉の炒めもの  	<b>4</b> <b>ポークカレーライス</b> 麦入りごはん 牛乳 ミルクとマンゴーのゼリー和え  	<b>5</b> コッペパン 牛乳 ビーフシチュー 白身魚フライ (ボトルソース) <b>コーンサラダ</b>  
<b>8</b> ごはん 牛乳 <b>みそ汁</b> 海鮮しゅうまい (1人2こ) 切干大根の煮物  	<b>9</b> <b>塩ラーメン</b> 牛乳 大豆コロッケ 骨太チーズ  	<b>10</b> そぼろ丼 ごはん 牛乳 みそ汁 もやしのごま酢和え (中のみ) とっとチーズ  	<b>11</b> わかめごはん 牛乳 豚汁 厚焼きたまご <b>ささみと枝豆のマヨ和え</b>  	<b>12</b> チョコチップパン 牛乳 ミートボールスープ 鮭のタルタルフライ <b>イタリアンサラダ</b>  
<b>15</b>  	<b>16</b> ミートスパゲティ 牛乳 チーズオムレツ みかんゼリー  	<b>17</b> ごはん 牛乳 みそ汁 さんまのからあげ <b>いりどり</b>  	<b>18</b> <b>チキンカレーライス</b> 麦入りごはん 牛乳 杏仁豆腐デザート  	<b>19</b> バターパン 牛乳 メイプルジャム <b>ウィンナースープ</b> クリスピーチキン <b>ジャーマンポテト</b>  
<b>22</b> ごはん 牛乳 すまし汁 さばの塩焼き <b>じゃがいものそぼろ煮</b>  	<b>23</b> <b>辛みそラーメン</b> 牛乳 焼きぎょうざ (1人2こ) (ぎょうざのタレ) メロンゼリー  	<b>24</b> ごはん 牛乳 <b>うずらの卵スープ</b> 味つき肉だんご (1人2こ) 炒めナムル  		

※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、じゃがいも・レタス・白菜・ごぼうです。)