

7月 こんだてひょう

月	火	水	木	金
3 ごはん 白菜と肉団子のスープ 厚揚げの中華煮 かにと野菜の包み蒸し 牛乳	4 かきあげうどん きのこかぼちゃのかきあげ ヨーグルト 牛乳	5 豚キムチ丼 みそ汁 ほうれん草ともやしのごま和え 牛乳	6 わかめとひじきのごはん みそ汁 ホキのフライ がんもと大根の煮物 牛乳	7 卵パン コーンクリームシチュー 星型ハンバーグ 天の川ゼリー 牛乳
				
10 ごはん(さけふりかけ) みそ汁 具たくさん卵焼き じゃがいもごま煮 牛乳	11 味噌ラーメン 焼きぎょうざ 夕張メロンゼリー 牛乳	12 ごはん スープカレー 春雨サラダ 照り焼きチキン 牛乳	13 ごはん あさりのみそ汁 豚肉の生姜焼き 梅おかか和え 牛乳	14 黒糖パン ミネストローネ ベジサラロールフライ 切干大根コンソメ煮 牛乳
				
17 	18 スパゲティナポリタン プレーンオムレツ ベルギーワッフル 牛乳	19 ポークカレー ナタデココフルーツ 牛乳	20 ごはん 卵のみそ汁 あじメンチ 厚揚げと豚肉の炒め物 牛乳	21 バターパン(ブルーベリージャム) ウィンナースープ ラタトゥイユ ポテト包み焼き 牛乳
				
24 華やかごはん みそ汁 丸ごと食べられるさんま 鶏肉じゃが 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、じゃがいも・大根・白菜です。)