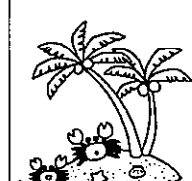







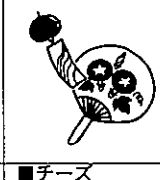


★ 7月 ひよこ・かえで 献立表 ★

	1 金	2 土	4 月	5 火	6 水	7 木	8 金	9 土	11 月	12 火	13 水	14 木	15 金		
昼食	<p>■ビーフカレー 米 ぎゅうにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーパウダー ■コンソメ ■コンソメスープ たまねぎ きゅうり にんじん マヨネーズ</p> 	<p>■麻婆丼 米 豚ひき肉 たまねぎ 青ねぎ しょうが みそ 濃口しょうゆ ごま油 ■プロッコリーの中華和え ■プロッコリー にんじん ごま油 ■中華スープ わかめ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ</p>	<p>■ごはん 米 ■鯖の塩焼き さば ■ひじき煮 ひじき にんじん だいず水 きぬさや 濃口しょうゆ ごま油 ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■豚肉の味噌炒め ぶたにく たまねぎ にんじん にら みそ 濃口しょうゆ さとう ■プロッコリーのツナ和え ■プロッコリー ツナ水煮 濃口しょうゆ さとう ■春雨の酢の物 はるさめ きゅうり にんじん ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■鶏の照り焼き とりにく しょうゆ 濃口しょうゆ さとう みりん風 ■プロッコリーのツナ和え ■プロッコリー ツナ水煮 濃口しょうゆ さとう ■きゅうり きゅうり えのき みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■七夕献立☆ ちらし寿司 米 ■穀物酢 三温糖 しお 白ごま 高野とうふ にんじん 干しいたけ 干兵衛 濃口しょうゆ さとう みりん風 ■インゲン にんじん ごま油 ■中巻スープ たまねぎ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ</p> 	<p>■カレーチャーハン 米 ひき肉 たまねぎ にんじん ■鶏がらスープ 濃口しょうゆ さとう ■プロッコリー ツナ水煮 濃口しょうゆ さとう ■インゲン にんじん ごま油 ■中巻スープ たまねぎ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ</p>	<p>■牛丼 米 牛バラ たまねぎ 糸こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ ■カリフラワーのボン酢和え ■カリフラワー ポンス ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■豚肉の胡麻醤油炒め ぶたにく たまねぎ プロッコリー にんじん 濃口しょうゆ さとう ■ちくわとさやの酢の物 ちくわ きゅうり わかめ さとう 濃口しょうゆ ■穀物酢 えのき にんじん みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■チキンカツ とりにく しお こめ粉 かたくり粉 だいず水 濃口しょうゆ さとう ■大根サラダ だいこん コーン にんじん ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■冷やし中華風 小麦中華めん ハム もやし きゅうり ツナ水煮 黄ピーマン 濃口しょうゆ さとう ■鶏がらスープ ごま油 ■金平ごぼう ごぼう にんじん ごま油 濃口しょうゆ さとう 白ごま</p>	<p>■チキンカレー 米 とりにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーパウダー ■大豆サラダ だいず水 ミックスビーンズ にんじん きゅうり マヨネーズ</p> 			
	10時	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>
	3時	<p>■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■お豆腐 豆腐 ■水 水 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■セザミクッキー こめ粉 ベーキングパウダー 黒ごま マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■キャラットクッキー こめ粉 にんじん ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳</p> 	<p>■お菓子のラスク ふ マーガリン さとう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ(すいか) すいか ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツヨーグルト ヨーグルト さとう ■お茶 ほうじ茶</p>	
昼食	<p>■鶏そぼろ丼 米 鶏ひき肉 しょうが さとう 濃口しょうゆ コーン キャノーラ油 しお ほうれん草 キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ しお ■オクラの和え物 おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">海の日</p> 	<p>■ごはん 米 ■豚肉の生姜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん あぶらあげ 濃口しょうゆ さとう しょうが キャノーラ油 ■炒めなます 切干だいこん にんじん きぬさや ごま油 ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■たきごみごはん 米 しめじ にんじん こんにゃく あぶらあげ 淡口しょうゆ だし昆布 削りぶし ■カレーの煮付け からすかいかい しょうが 濃口しょうゆ さとう みりん風 りょうり酒 ■小松菜のごま和え こまつな にんじん 濃口しょうゆ さとう 白ごま ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■やきそば 小麦中華めん ぶたにく きゅうり きぬさや みそ 濃口しょうゆ さとう ■具だくさん味噌汁 豆腐 きゅうり みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ハヤシライス 米 牛バラ たまねぎ しめじ キャノーラ油 ハヤシルー ■コーンスローサラダ きゅうり コーン マヨネーズ</p>	<p>■豚丼 米 ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう ■ほうれん草の和えもの ほうれん草 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■鯖の塩焼き さば しお キャノーラ油 ■高野豆腐の煮物 高野とうふ にんじん きぬさや 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■鶏肉の甘辛炒め ぶたにく たまねぎ じゃがいも たまねぎ にんじん 糸こんにゃく 濃口しょうゆ さとう キャノーラ油 ■小松菜と厚揚げの煮物 あつあげ ごま油 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■わかめうどん うどん とりにく わかめ 青ねぎ だし昆布 削りぶし 濃口しょうゆ さとう みりん風 ■大豆の磯煮 だいず水 ひじき こんにゃく にんじん きぬさや さとう 濃口しょうゆ 削りぶし</p>	<p>■ポークカレー 米 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーパウダー ■マカロニサラダ マカロニ きゅうり にんじん マヨネーズ</p>	<p>■鶏のすき焼き風丼 米 とりにく たまねぎ 糸こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 カレーパウダー ■インゲン にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし</p> 			
	10時	<p>■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>
	3時	<p>■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■高野豆腐のココアトースト 高野とうふ さとう ココア とうりゅう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■フルーツ(カクテル缶) ミックスフルーツ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ボンマッシュマロ ぼん菓子 マッシュマロ マーガリン ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ポップコーン(きなこ) ポップコーンの素 キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■抹茶クッキー こめ粉 抹茶パウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■いなりおにぎり 米 あぶらあげ さとう 濃口しょうゆ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳</p>		