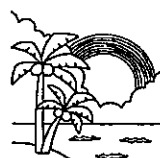


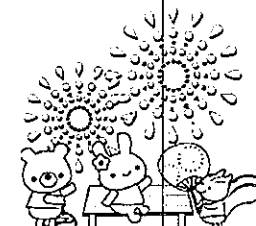









★ 8月 そら・こぐま・ゆり 献立表 ★

1	2	3	4	5	6	8	9	10	11	12	13	15	
月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	
<p>■ごはん 米 ■鶏の生姜煮 さば りょうり酒 濃口しょうゆ しょうが さとう みりん風 ■ほうれん草のごま和え ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう 白ごま ■みそしる はくさい にんじん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■鶏肉のマヨネーズ焼き とりにく しお たまねぎ にんじん パセリ缶 マヨネーズ キャノーラ油 ■ブロッコリーのツナ和え ブロッコリー ツナ水煮 濃口しょうゆ ■スープ コーン きゃべつ パイオン しお</p>	<p>■ごはん 米 ■スタミナ炒め ぶたにく たまねぎ にんじん 赤ピーマン 黄ピーマン 焼肉のたれ ごま油 ■春雨の酢の物 はるさめ きゅうり にんじん 穀物酢 さとう ■春雨のスープ にんじん 緑豆もやし ちんげんさい 鶏がらスープ 濃口しょうゆ</p>	<p>■みそうどん うりにく とりにく酒 はくさい にんじん えのき あぶらあげ みそ 削りぶし だし昆布 みりん風 ■小松菜の和え物 ごま油 にんじん 濃口しょうゆ さとう</p> 	<p>■夏野菜カレー 豚ひき肉 たまねぎ たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーパウダー ケチャップ かたくり粉 かぼちゃ なす キャノーラ油 ピーマン ■コールスローサラダ きゃべつ きゅうり コーン ドレッシング さとう</p>	<p>■豚井 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 だし昆布 削りぶし ■オクラの和え物 おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■蛙の塩こうじ焼き さけ 塩こうじ キャノーラ油 ■ほうれん草のツナ和え ほうれん草 にんじん ツナ水煮 コーン 濃口しょうゆ さとう ■みそしる たまねぎ あぶら 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■牛肉と玉ねぎの甘辛煮 ぎゅうり たまねぎ にんじん 糸こんにゃく さやいんげん さとう 濃口しょうゆ ■炒めなます 切干だいこん にんじん きぬさや ごま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう 削りぶし ■はくさい みそ みじんぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■鶏の唐揚げ とりにく 濃口しょうゆ さとう かたくり粉 キャノーラ油 ■キャベツの酢の物 きゃべつ きゅうり きぬさや 穀物酢 さとう 淡口しょうゆ ■みそしる えのき ごま油 みそ みじんぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>墓参休み</p> 	<p>墓参休み</p> 	<p>墓参休み</p>	<p>墓参休み</p>	
<p>10時 ■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>					
<p>3時 ■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(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■セサミクッキー 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>■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>■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ブルーベリージャムサンド クラッカー ブルーベリージャム ■牛乳 牛乳</p>	<p>■お麩のラスク お麩 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳</p>					
<p>16 火</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 濃口しょうゆ さとう しょうが キャノーラ油 ■ひじき煮 ひじき にんじん あぶらあげ きぬさや 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそしる ふ だいこん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>17 水</p> <p>■ごはん 米 ■白身魚のみぞれかけ ホキ こめ粉 かたくり粉 キャノーラ油 だいこん 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■オクラのおかか和え おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる えのき 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>18 木</p> <p>■ナポリタン スパゲティ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン トマト缶 ケチャップ さとう パイオン しお キャノーラ油 ■ミニトマト だいこん ブロッコリー にんじん ウインナー パイオン しお</p> 	<p>19 金</p> <p>■パンキンカレーライス 米 とりにく かぼちゃ たまねぎ にんじん キャノーラ油 しょうが みそ 濃口しょうゆ 鶏がらスープ ごま油 ■インゲンの中和え さやいんげん にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ わかめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ</p>	<p>20 土</p> <p>■麻婆井 米 とうふ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん しょうが みそ 濃口しょうゆ 鶏がらスープ ごま油 ■インゲンの中華和え さやいんげん にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ わかめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ</p>	<p>22 月</p> <p>■ごはん 米 ■蛙の塩焼き さけ しお キャノーラ油 ■かんも煮 かんもどき にんじん 糸こんにゃく キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう だし昆布 削りぶし ■みそしる はくさい あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>23 火</p> <p>■ごはん 米 ■豚じゃが ぶたにく じゃがいも たまねぎ キャノーラ油 ■かんも煮 かんもどき にんじん 糸こんにゃく キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう だし昆布 削りぶし ■みそしる はくさい あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし ■小松菜の胡麻和え 小松菜 胡麻油 みそ みじんぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>24 水</p> <p>■ごはん 米 ■鶏肉のボン酢炒め とりにく たまねぎ きゅうり ツナ水煮 黄ピーマン 濃口しょうゆ さとう 穀物酢 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>25 木</p> <p>■冷やし中華風 小麦中華めん ローズハム 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 穀物酢 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>26 金</p> <p>■ドライカレー 米 豚ひき肉 たまねぎ にんじん 赤ピーマン 黄ピーマン トマト缶 ケチャップ キャノーラ油 しお カレー粉 パイオン パセリ缶 ■大根サラダ だいこん コーン にんじん 穀物酢 さとう 濃口しょうゆ ■スープ たまねぎ しめじ パイオン しお</p> 	<p>27 土</p> <p>■鶏のすき焼き風丼 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 さとう 濃口しょうゆ ■ほうれん草の和えもの ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>29 月</p> <p>■ごはん 米 ■豚肉の味噌炒め ぶたにく たまねぎ りょうり酒 濃口しょうゆ さとう みりん風 ■小松菜の和え物 ごま油 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■切干大根煮 切干だいこん あぶらあげ にんじん きぬさや さとう 濃口しょうゆ 削りぶし ■すまし汁 はくさい 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>30 火</p> <p>■ごはん 米 ■鶏の照り焼き とりにく りょうり酒 濃口しょうゆ さとう みりん風 ■小松菜の和え物 ごま油 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■じゃーまんポテト じゃがいも たまねぎ ウインナー キャノーラ油 しお ■パイオン コーン きゃべつ パイオン しお</p>	<p>31 水</p> <p>■ごはん 米 ■ポークチャップ ぶたにく たまねぎ りょうり酒 濃口しょうゆ さとう みりん風 ■小松菜の和え物 ごま油 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■じゃーまんポテト じゃがいも たまねぎ ウインナー キャノーラ油 しお ■パイオン コーン きゃべつ パイオン しお</p> 
<p>10時 ■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶</p>
<p>3時 ■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■コーンバター とうもろこし 濃口しょうゆ みりん風 マーガリン さとう ■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 きな粉 さとう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ(カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■クラッカージャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココアクッキー こめ粉 ココア 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>■菜めしおにぎり 米 菜めし ■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>■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 ほん菓子 マッシュマロ 水 マーガリン ■牛乳 牛乳</p>	<p>■抹茶クッキー こめ粉 抹茶缶 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>■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>