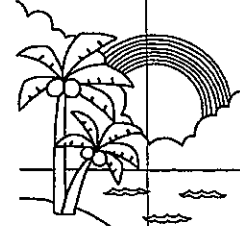
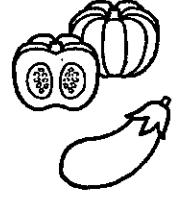



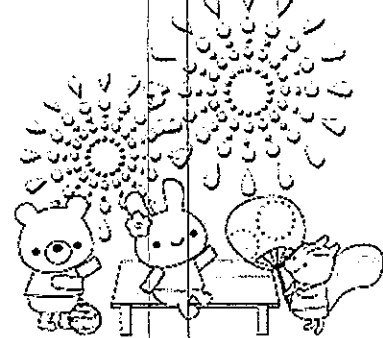
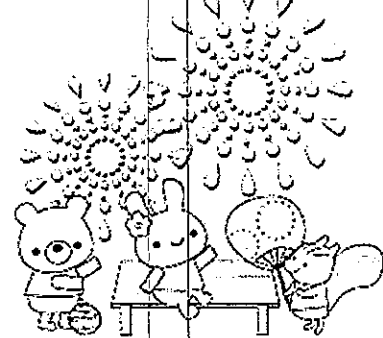
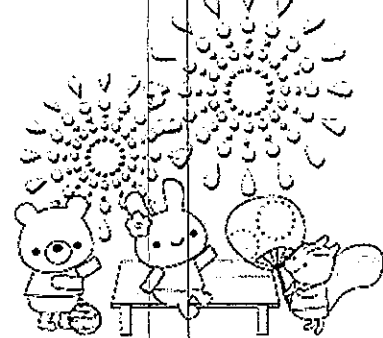






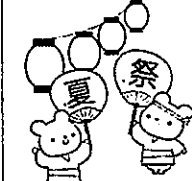
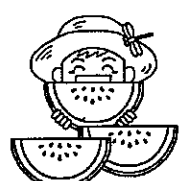


★ 8月 うめ・さくら・もも 献立表 ★

1	2	3	4	5	7	8	9	10	11	12	14	15
火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火
<p>■ごはん 米 ■鶏の照り焼き とりにく 濃口しょうゆ さとう ■ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー にんじん かつおぶし 濃口しょうゆ さとう ■みそしる とうふ あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■スタミナ炒め ぶたにく たまねぎ にんじん にら 赤ピーマン 黄ピーマン 焼肉のたれ ごま油 ■春雨サラダ 春雨 きゅうり みりん ごま油 ■餃子 餃子 さとう 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ</p>	<p>■冷やしつねうどん うどん あぶらあげ 濃口しょうゆ 削りぶし わかめ 青ねぎ だし昆布 削りぶし しお さとう 淡口しょうゆ みりん ■野菜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 鶏がらスープ しお 濃口しょうゆ</p>	<p>■夏野菜カレー 豚ひき肉 じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーウ パイオン かぼちゃ なす ピーマン キャノーラ油 ■ブロッコリーのサラダ ブロッコリー たまねぎ ツナ 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 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 わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■鮭の塩焼き 秋鮭 しお ■がんもどき がんにん きぬさや 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそねぎ たまねぎ みそ 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 だいざ ■キャベツの酢の物 キャベツ きゅうり かつおぶし ■みそしる みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■豚肉と玉ねぎの甘辛煮 ぶたにく たまねぎ にんじん 糸こんにゃく さとう 濃口しょうゆ さとう ■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 ■みそしる はくさい 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ナポリタン スパゲティ 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン トマト ケチャップ さとう ■キャノーラ油 ■ミニポトフ 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>山の日</p> 	<p>墓参休み</p> 	<p>墓参休み</p> 	<p>墓参休み</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>■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 (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>■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 (もも缶) もも缶 ■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 さとう ■牛乳 牛乳</p> 	<p>■焼きとうもろこし とうもろこし 濃口しょうゆ みりん さとう ■牛乳 牛乳</p>				

16	17	18	19	21	22	23	24	25	26	28	29	30	31
水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木
<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 ほうれん草 みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■みそうどん うどん とりにく たまねぎ にんじん えのき 青ねぎ みそ 削りぶし だし昆布 みりん ■オクラの胡麻和え おくら にんじん 白ごま さとう 濃口しょうゆ</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 カレーウ パイオン ■コルスローサラダ きゅうり にんじん マヨネーズ</p>	<p>■麻婆丼 米 とろろ 豚ひき肉 たまねぎ 青ねぎ しょうが みそ 濃口しょうゆ さとう 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 ■餃子 餃子 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>■ごはん 米 ■鮭の塩焼き さば しお ■高野豆腐の煮物 高野とうふ にんじん きぬさや 削りぶし しお 淡口しょうゆ 削りぶし ■みそしる はくさい 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■豚じゃが ぶたにく じゃがいも たまねぎ 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 きぬさや ■ほうれん草と白菜の和えもの ほうれん草 はくさい にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる とうふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■鶏肉のポン酢炒め とりにく たまねぎ きゅうり ツナ 水煮 コーン 濃口しょうゆ さとう ■餃子 餃子 濃口しょうゆ さとう ■金平ごぼう ごぼう にんじん ごま油 濃口しょうゆ 白ごま</p> 	<p>■冷やし中華風 小麦中華めん ハム 緑豆もやし きゅうり ツナ 水煮 コーン 濃口しょうゆ さとう ■餃子 餃子 濃口しょうゆ さとう ■金平ごぼう ごぼう にんじん ごま油 濃口しょうゆ 白ごま</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 カレーウ パイオン ■スパゲティサラダ スパゲティ にんじん きゅうり マヨネーズ しお</p>	<p>■鶏のずき焼き風丼 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 さとう 濃口しょうゆ さとう ■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 わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■たららの煮付け たらら しょうが 濃口しょうゆ さとう ■炒めなます 切干だいこん にんじん きぬさや ごま油 ■餃子 餃子 濃口しょうゆ さとう ■みそしる はくさい 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■鶏の塩こうじ焼き とりにく たまねぎ 塩こうじ ■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 かつおぶし ■みそしる きゅうり あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■ポークチャップ ぶたにく たまねぎ マッシュルーム缶 ケチャップ さとう ■キャノーラ油 ■ポテトサラダ じゃがいも にんじん マヨネーズ しお ■スープ たまねぎ パイオン しお</p>	<p>■五目うどん うどん とりにく しめじ はくさい にんじん 青ねぎ だし昆布 削りぶし さとう 淡口しょうゆ みりん ■インゲンのごま和え さやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう 白ごま</p> 
<p>■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■おかかおにぎり 米 かつおぶし 濃口しょうゆ さとう ■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>■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 ボンマッシュマロ 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>	<p>■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶</p>