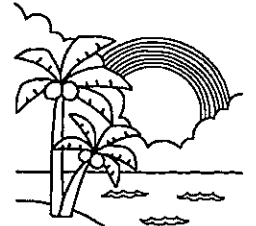
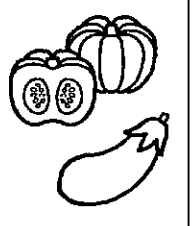
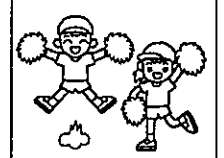
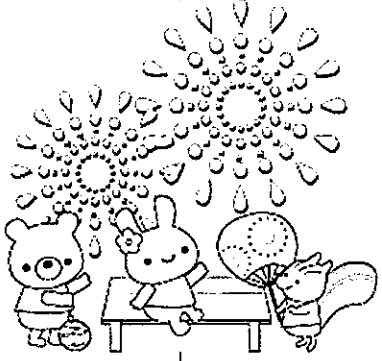
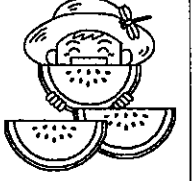
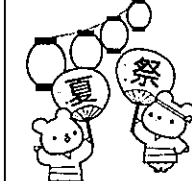


★ 8月 うめ・さくら・もも 献立表 ★

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
■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 フィヨン ■スパゲティサラダ にんじん きゅうり マヨネーズ しお 	■麻婆丼 米 うふ 肉 たまねぎ しょうが みそ 濃口しょうゆ 鶏がらスープ ごま油 ■ブロッコリーの中和え ブロッコリー にんじん ごま油 ■中スープ たまねぎ カットわかめ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ	■ごはん ■鮭の西京焼き お しみそ さとう ■がんもどき がんにん きぬさや 濃口しょうゆ ■みそしる みそ たまねぎ だし昆布 削りぶし	■ごはん ■チキンカツ とりにく しお ■パン粉 キャノーラ油 ケチャップ ■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 ■たまご たまご ■たまご たまご ■たまご たまご 	■ごはん ■豚肉の甘辛炒め ぶたにく たまねぎ にんじん 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■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 みそ たまねぎ だし昆布 削りぶし	■五目うどん うどん とりにく しお ■はくさい 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	■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 フィヨン ■コーンスローサラダ きやべつ にんじん コーン マヨネーズ	■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 オクラ にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる みそ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	山の日 	盆休み 	盆休み	盆休み	■キーマカレー 米 ひき肉 たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 カレーウ フィヨン ■スパゲティサラダ にんじん きゅうり マヨネーズ しお 
■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	■お麩のラスク ふ マーガリン ■牛乳 牛乳	■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	■ココアクッキー こむぎ粉 マーガリン さとう ココア しお ■牛乳 牛乳	■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ(カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳					■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳

16 土	18 月	19 火	20 水	21 木	22 金	23 土	25 月	26 火	27 水	28 木	29 金	30 土
■中華丼 米 ぶたにく はくさい たまねぎ にんじん キャノーラ油 濃口しょうゆ 鶏がらスープ かたくり粉 ■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 カットわかめ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ	■ごはん ■豚肉の味噌炒め とりにく たまねぎ にんじん さやいんげん みそ 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■ほうれん草と白根の和えもの ほうれん草 白根 はくさい にんじん 濃口しょうゆ さとう ■すまし汁 ごま油 みりん 濃口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし 	■ごはん ■鶏の照り焼き とりにく 濃口しょうゆ さとう ■高野豆腐の煮物 高野豆腐 にんじん きぬさや 濃口しょうゆ さとう ■みそしる みそ たまねぎ だし昆布 削りぶし	■ごはん ■豚肉のポン酢炒め ぶたにく たまねぎ にんじん たまねぎ にんじん ケチャップ さとう ■キャノーラ油 ■もやしとの和え物 もやし きぬさや にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる みそ たまねぎ だし昆布 削りぶし 	■ミートスパゲティ スパゲティ キャノーラ油 ひき肉 たまねぎ にんじん トマト缶 ケチャップ さとう ■フィヨン ■キャノーラ油 ■パセリ パセリ ■ミニトマト ミニトマト ブロッコリー にんじん ウインナー フィヨン しお	■夏野菜カレー 米 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 フィヨン かぼちゃ なす ピーマン ■キャノーラ油 ■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	■豚肉の生姜焼き丼 米 ぶたにく たまねぎ 濃口しょうゆ さとう ■しょうが キャノーラ油 ■小松菜の和え物 小松菜 ごま油 濃口しょうゆ さとう ■みそしる みそ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	■ごはん ■米の煮付け たら 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 穀物酢 淡口しょうゆ さとう ■みそしる みそ はくさい カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん ■鶏の塩こうじ焼き とりにく たまねぎ にんじん ■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 ■みそしる みそ きやべつ あぶらあげ みそ だし昆布 削りぶし 	■ごはん ■ポークチャップ ぶたにく たまねぎ にんじん ケチャップ さとう ■キャノーラ油 ■ほうれん草のおかか和え ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる みそ きやべつ あぶらあげ みそ だし昆布 削りぶし	■冷やしきつねうどん うどん あぶらあげ 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■カットわかめ 青ねぎ だし昆布 削りぶし さとう ■淡口しょうゆ みりん ■オクラの胡麻和え オクラ にんじん 白ごま さとう 濃口しょうゆ	■ドライカレー 米 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 フィヨン パセリ ■ブロッコリーのサラダ ブロッコリー たまねぎ ツナ水煮 マヨネーズ ■スープ コーン たまねぎ フィヨン しお 	■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 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 みそ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし
■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 ■牛乳 牛乳	■きなこクッキー こむぎ粉 きな粉 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■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 	■わかめおにぎり 米 わかめ ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳	■クラッカー クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳	■ポップコーン(ココア) ポップコーンの素 キャノーラ油 ココア さとう ■牛乳 牛乳	■抹茶クッキー こむぎ粉 抹茶 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ(カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳