

こんだてひょう

7月

月	火	水	木	金
3 わかめごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁 <small>(キャベツ・たまご)</small> とり 鶏のから揚げ (小2中3個) ふきの炒め煮 <small>いたに</small>	4 みそラーメン ぎゅうにゅう 牛乳 たこ焼き (小2中3個) フルーツのヨーグルトあえ	5 ほたてカレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 やさい 野菜のナムル たなばた 七夕デザート	6 コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳 ミネストローネ てや 照り焼きハンバーグ (小2中3個) マカロニサラダ	7 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 どさんこ汁 <small>じる</small> さばのみそ煮 <small>に</small> (小中1個) ひじきの炒め煮 <small>いたに</small>
10 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁 <small>(白菜・えのき)</small> しろみ さかな 白身魚フライ (小中1個) こうやに 高野煮 あじつけ 味付のり	11 ごもく 五目うどん ぎゅうにゅう 牛乳 ちくわの磯辺揚げ <small>いそべあ</small> (小中1個) きゅうりの酢のもの <small>すのもの</small>	12 ビビンバ <small>どん</small> 丼 ぎゅうにゅう 牛乳 わかめスープ オレンジゼリー	13 ソフトフランスパン ぎゅうにゅう 牛乳 ポトフ かぼちゃコロッケ (小中1個) ツナサラダ メープルジャム	14 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ちゅうか 中華スープ や 焼きぎょうざ (小2中3個) まあぼう豆腐 麻婆豆腐
17 海の日	18 あんかけ焼きそば <small>や</small> ぎゅうにゅう 牛乳 えび焼売 <small>しゅうまい</small> (小2中3個) くだものかん あまなつ 果物缶(甘夏みかん)	19 キーマカレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 キャベツの棒々鶏 <small>ばんばんじー</small> くだものかん おうとう 果物缶(黄桃)	20 コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳 クリームシチュー ハンバーグ (小中1個) はるさめ 春雨サラダ	21 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁 <small>(いも・ねぎ・わかめ)</small> いわしの梅煮 <small>うめに</small> (小1中2個) ちゅうか いた 中華炒め
24 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁 <small>(キャベツ・にんじん)</small> あじつきにくだんご 味付肉団子 (小2中3個) じゃがいものインド風煮 <small>ふうに</small>	25 スパゲティナポリタン ぎゅうにゅう 牛乳 スマイルポテト ブロッコリーサラダ パックスドレッシング (イタリアン)	26 ちゅうか 中華どんぶり <small>(具)</small> ぎゅうにゅう 牛乳 ポーク焼売 <small>しゅうまい</small> やさい 野菜のなめたけあえ	27 ぎゅうにゅう 牛乳 コンソメスープ てや 照り焼きチキン コーンサラダ	28 ぎゅうにゅう 牛乳 いもだんご汁 <small>じる</small> サーモンフライ ほうれん草ソテー <small>そう</small>
31 ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁 <small>(ほうれん草・ぶなしめじ)</small> さばの塩焼き <small>しおや</small> そばろ肉じゃが <small>にく</small>				