

月

火

水

木

金

7月のこんだて



3

牛乳
ぎゅうにゅう

ヨーグルト
やさいのちゅうかいため

ごはん
マーボー豆腐

4

牛乳
ぎゅうにゅう

みかん
シャーベット

キャベツソテー
チキンのてりに

パン
あまおういちごジャム

かぼちゃのポタージュ

5

牛乳
ぎゅうにゅう

アセロラゼリー
ゴーヤチャンプル

ごはん
もずくスープ

おきなわけん きょうどりょうり
沖縄県の郷土料理

6

牛乳
ぎゅうにゅう

野菜の日献立
フライドポテト

キャベツとりひきにくの
カレーふうみいため

パン
ココアクリーム

ミネストローネ

7

牛乳
ぎゅうにゅう

行事食 たなばたゼリー
七タ

ごはん
ちらしずし

きざみのり
そうめんじる

ごはんとくをまぜ、うえにいりたまごをもりつけます

10

牛乳
ぎゅうにゅう

クリーム
ヨーグルト
バニラ

はくどう(かん)
ごはんにかけます

やさいカレーライス

11

牛乳
ぎゅうにゅう

お楽しみ献立
おうとうコンポート

やさいのアーモンドいため
なすのミートソーススパゲッティ

パン
はちみつ

12

牛乳
ぎゅうにゅう

ぶどうゼリー
さかなのなんばんづけ

ごはん
あつあげのみそしる

13

牛乳
ぎゅうにゅう

かたぬきチーズ
ツナのカレーポテト

くろざとうパン
りんごジャム

ベーコンいりとうにゅうスープ

14

牛乳
ぎゅうにゅう

キャベツのごまずいため
なつとう

ごはん
にくとじゃがいものふくめに

17

うみのひ

18

牛乳
ぎゅうにゅう

レバーのチリソース
やさいスープ

パン
チョコアンドホワイト

19

牛乳
ぎゅうにゅう

食育の日 和食献立
キャベツのしょうがいため

さばのさっぱりにかきたまじる

ごはん

20

ぜんき
ぜんはん
しゅうりょう

