

☆ 夏休み・献立予定表 ☆

	曜	日	献立名		果物	おやつ
☆	火	7/21 8/11	焼き肉	牛肉、人参、玉葱、ピーマン、キャベツ、もやし ケチャップ、ウスターソース、油	オレンジ	牛乳 パニラロアンヌ
			コーンサラダ	コーン、人参、きゅうり、醤油(淡)、酢、油		
☆	水	7/22 8/12	チキントマトシチュー	鶏肉、ベーコン、じゃがいも、人参、キャベツ 玉葱、パセリ、ホールトマト、ケチャップ コンソメの素、油	バナナ	きになる野菜 雪の宿
			マカロニサラダ	マカロニ、ツナ、人参、きゅうり、マヨネーズ		
☆	木	7/23 8/13	かぼちゃのそぼろ煮	豚ミンチ、かぼちゃ、玉葱、いんげん、だしの素 砂糖、醤油(濃)、味醂、油	グレープ フルーツ	牛乳 しっとりクッキー
			ひじきの胡麻酢和え	キャベツ、人参、きゅうり、ひじき、白胡麻 ちりめんじゃこ、砂糖、醤油(淡)、酢		
☆	金	7/24	とんかつ	豚ハレ、卵、小麦粉、パン粉、塩、胡椒、油 ウスターソース	グレープ フルーツ	果実のビタミンC 揚げ一番
			野菜の鰹和え	キャベツ、人参、もやし、きゅうり、糸鰹、砂糖 醤油(淡)		
☆	月	7/27 8/17	竹輪の磯辺揚げ	竹輪、小麦粉、卵、青のり、油	グレープ	牛乳
			切干大根	切干大根、人参、いんげん、平天、桜海老、砂糖 醤油(淡)、味醂、だしの素、油	フルーツ	ミニサラダ(醤油)
☆	火	7/28 8/18	すき焼き風煮	牛肉、小松菜、人参、玉葱、白菜、麩、焼き豆腐 糸こんにゃく、卵、だしの素、砂糖、醤油(濃) 味醂、油	オレンジ	牛乳 パニラロアンヌ
			酢の物	きゅうり、糸わかめ、ちりめんじゃこ、砂糖 醤油(淡)、酢		
☆	水	7/29 8/19	中華野菜炒め	豚肉、蒲鉾、キャベツ、玉葱、人参、いんげん ゆで筍、卵、醤油(淡)、鶏ガラスープの素、油	バナナ	牛乳 雪の宿
			春雨の三色和え	春雨、人参、きゅうり、糸わかめ、砂糖、醤油(淡) 酢		
☆	木	7/30 8/20	魚の煮付け	鯖、土生姜、砂糖、醤油(濃)、味醂、酒	グレープ	スポロン
			ゆで筍とおかかのサラダ	ゆで筍、人参、きゅうり、糸鰹、マヨネーズ、醤油(濃)	フルーツ	しっとりクッキー
☆	金	7/31 8/21	夏野菜のケチャップ煮	豚肉、なす、かぼちゃ、パプリカ、ピーマン、玉葱 コーン、ケチャップ、コンソメの素、塩、油	バナナ	牛乳 揚げ一番
			拌三絲	きゅうり、春雨、ハム、白胡麻、砂糖、醤油(淡)、酢		
☆	月	8/3 8/24	牛肉とマカロニの トマト煮	牛肉、人参、玉葱、マッシュルーム、じゃがいも マカロニ、パセリ、ケチャップ、ホールトマト缶 砂糖、コンソメの素、ウスターソース、油	オレンジ	牛乳 ミニサラダ(醤油)
			コールスロー	キャベツ、人参、きゅうり、酢、マヨネーズ		
☆	火	8/4 8/25	豚肉の生姜焼き	豚肉、玉葱、もやし、土生姜、砂糖、醤油(淡) 味醂、油	バナナ	牛乳 パニラロアンヌ
			ナムル	キャベツ、ほうれん草、人参、切干大根、砂糖 醤油(淡)、白胡麻、胡麻油		
☆	水	8/5 8/26	魚の唐揚げ	鯖、土生姜、醤油(淡)、味醂、酒、卵、小麦粉、油	グレープ	野菜生活
			切干大根の梅和え	切干大根、ひじき、人参、きゅうり、マヨネーズ 梅肉	フルーツ	雪の宿

	曜	日	献立名		果物	おやつ
☆	木	8/6	豆腐とベーコンのうま煮	豆腐、ベーコン、人参、玉葱、チンゲンサイしめじ、醤油(淡)、味醂、鶏ガラスープの素片栗粉、油	バナナ	牛乳 しっとりクッキー
		8/27	棒々鶏	ささみ、きゅうり、白味噌、砂糖、味醂、白胡麻胡麻油		
☆	金	8/7	夏野菜カレー	豚肉、かぼちゃ、人参、玉葱、なす、コーン、ルウ油	オレンジ	牛乳 揚げ一番
		8/28	切干大根のサラダ	切干大根、人参、きゅうり、糸わかめ、ツナ、醤油(淡)酢、油		
☆	月	8/10	エビチャウダー	エビ、ツナ、じゃがいも、人参、玉葱、パセリクリームコーン、コーン、ルウ、油	オレンジ	牛乳 ミニサラダ(醤油)
		8/31	ドレッシングサラダ	キャベツ、人参、きゅうり、醤油(淡)、酢、油		

☆印はご飯持参日です

※夏休み期間中は、月～金が持参日となります