



7月のきゅうしょく



7月のもくひょう あとかたづけを きちんとしよう

1日(水)



- ・牛乳
- ・もずく入りジュシー
- ・えびカツ
- ・にんじんしりしり

2日(木)



- ・コッペパン
- ・牛乳
- ・レンズ豆のスープ
- ・カレーパンの具
- ・キャンディチーズ

3日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・きつね丼
- ・春雨の和え物

6日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・洋風豚じゃが
- ・ゴーヤチップス
- ・手作りしそひじきふりかけ

7日(火)



- ・パンペーパーン
- ・牛乳
- ・サラダ麺
- ・くじらコロッケ
- ・セタゼリー
- 【セタこんだて】

8日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・ツナまぼろごはん
- ・レタスと卵のスープ
- ・手作り黒糖大豆

9日(木)



- ・全粒粉コッペ
- ・牛乳
- ・じゃがいものスープ
- ・ハンバーグ
- ・ラタトゥイユ

10日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・マーボー豆腐
- ・焼きシューマイ
- ・きゅうりの和え物

13日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・トックスープ
- ・ピビンバ

14日(火)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・冬瓜のすまし汁
- ・鰯のソース煮
- ・じゃがいもと春雨の中華炒め

15日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・夏野菜カレー
- ・枝豆
- ・酸酵乳

16日(木)



- ・黒糖パン
- ・牛乳
- ・ミートボールのトマトスープ
- ・オクラとじゃがいもの揚げ
- ・冷凍みかん

