



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

3日(月)

米飯
牛乳
洋風豚じゃが
千草焼き
ピーマンの二色炒め

4日(火)

牛乳
もずく入りジュース
大豆ひじきコロッケ
きゅうりの酢醤油漬

5日(水)

米飯
牛乳
冬瓜のみそ汁
鱈のソース煮
コリコリ炒め

6日(木)

全粒粉コッパ
牛乳
トマトと卵のスープ
ツナポテト
キャンディーチーズ

7日(金)

米飯
牛乳
にゅうめん
牛肉とピーマンの炒め物
七タゼリー

10日(月)

米飯
牛乳
マンボー豆腐
パンサンスー
えびシューマイ

11日(火)

コッパパン
牛乳
じゃがいものスープ
焼きウインナー
キャベツのソテー

12日(水)

米飯
牛乳
厚揚げの煮物
ゴーヤチップス
手作りしそひじきふりかけ

13日(木)

パンベビーパン
牛乳
塩焼きそば
あじフライ

14日(金)

米飯
牛乳
夏野菜カレー
枝豆
菰酢

18日(火)

黒糖パン
牛乳
ミートボールのトマトスープ
おろしじゃがいもの
カリカリ揚げ
はちみつレモンゼリー

19日(水)

米飯
牛乳
ピンパン
ピーンスープ
手作り黒糖アーモンド

