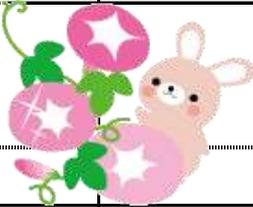
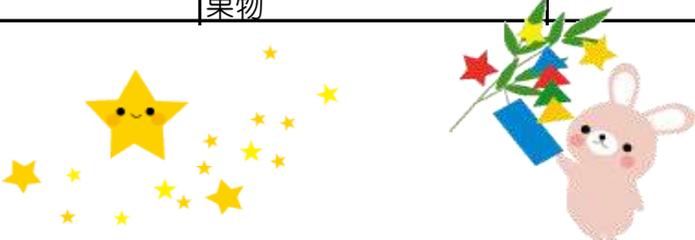


# 給食メニュー2020年7月

| 月  | 火   | 水  | 木  | 金   | 土  |
|--|---|--|--|---|--|
|  | 2020.07.01  | 2020.07.02   | 2020.07.03   | 2020.07.04  | 2020.07.05                                       |
|   | ごはん<br>豚汁<br>ピーマンと鶏肉の甘酢炒め<br>ウイナ-と人参のきんぴら<br>トマト<br>玄米おかき<br>昆布                   | ごはん<br>味噌汁(小松菜・玉ねぎ・ごま)<br>魚の塩麹焼き<br>刻み昆布の煮物<br>コーン納豆<br>砂糖つまみ<br>ちりめんじゃこ           | ごはん<br>味噌汁(ほうれん草・玉ねぎ・ごぼう)<br>魚の昆布蒸し<br>しらす入り粉ふき芋<br><b>おくら梅かつお節和え</b><br>チーズカップケーキ<br>プルーン | ごはん<br>ポトフ<br>しらす<br>牛乳<br>果物<br>ヨーグルト<br>レーズン                                  |  |
| 2020.07.06   | 2020.07.07  | 2020.07.08   | 2020.07.09   | 2020.07.10  | 2020.07.11                                       |
| ごはん<br>味噌汁(ブロッコリー・人参・ごま)<br>魚のカレムニエル<br>かぼちゃのいとこ煮<br>キャベツの浅漬け<br>きな粉ヨーグルト<br>バナナ   | 鮭すし<br>七夕そうめん<br>鶏の塩麹焼き<br>トマト<br>果物<br>きらきらゼリー<br>塩せんべい                          | ごはん<br>野菜スープ<br>タンドリーチキン<br>大豆ツナサラダ<br>もずくときゅうりの酢の物<br>ほん菓子<br>昆布                  | ごはん<br>味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ)<br>魚の煮つけ<br>ほうれん草もやし胡麻和え<br>ミニトマト納豆<br>お誕生日ケーキ<br>果物                  | ごはん<br>味噌汁(キャベツ・しめじ・ごま)<br>豚とゴボウのさっと煮<br>じゃが芋ベーコン<br>しらす<br>お誕生日ケーキ<br>果物       | カレーライス<br>ヨーグルト<br>牛乳<br>果物<br>塩せんべい<br>ちりめんじゃこ  |
| 2020.07.13   | 2020.07.14  | 2020.07.15   | 2020.07.16   | 2020.07.17  | 2020.07.18                                       |
| ごはん<br>味噌汁(じゃが芋・人参・ごぼう)<br>麻婆茄子<br>かぼちゃと豆のサガ<br>梅おかか納豆<br>みかん寒天<br>醤油せんべい  | ごはん<br>味噌汁(もずく・えのき)<br>魚チャンチャン焼き<br>厚揚げとなす煮物<br>ミニトマト<br>ウイナ-とトックの甘辛炒め<br>ちりめんじゃこ | ごはん<br>味噌汁(レタス・人参・豆腐)<br>豚肉ビーフンオイスター炒め<br>ひじきの煮物<br>しらす<br>バナナヨーグルト<br>レーズン        | ごはん<br>味噌汁(ほうれん草・白菜・ごま)<br>魚のソテー味噌ソース<br>大豆のカレー炒め<br>果物<br>芋けんぴ<br>韓国のみ                    | 赤しそふりかけごはん<br><b>*ぶっかけそうめん</b><br>魚の醤油麹焼き<br>しらすぎゅうりポン酢<br>金時豆<br>お誕生日ケーキ<br>果物 | ごはん<br>ポトフ<br>しらす<br>牛乳<br>果物<br>ヨーグルト<br>レーズン   |
| 2020.07.20   | 2020.07.21  | 2020.07.22   | 2020.07.23   | 2020.07.24  | 2020.07.25                                       |
| ごはん<br>野菜カレースープ<br>魚のハーブムニエル<br>大豆の醤油炒め<br>キャベツ納豆<br>水よつかん<br>塩せんべい  | ごはん<br>味噌汁(豆腐・玉ねぎ)<br>豚じゃが<br>きんぴら<br>きゅうりミニトマトナムル<br>フルーツヨーグルト<br>プルーン           | ごはん<br>味噌汁(さつま芋・玉ねぎ)<br>魚の塩麹焼き<br>カレー風味のジャーマンホテ<br>ブロッコリー-醤油麹胡麻和え<br>お誕生日ケーキ<br>果物 | <b>休園日</b>   | <b>休園日</b>  | カレーライス<br>ヨーグルト<br>牛乳<br>果物<br>醤油せんべい<br>ちりめんじゃこ |
| 2020.07.27   | 2020.07.28  | 2020.07.29   | 2020.07.30   | 2020.07.31  |  |
| ごはん<br>冬瓜スープ<br>枝豆ハンバーグ<br>ちくわの磯辺焼き<br>きゅうりスティック<br>南部せんべい<br>韓国のみ   | ごはん<br>味噌汁(あおさ・じゃが芋)<br>青梗菜の豚味噌炒め<br>かぼちゃのそぼろ煮<br>果物<br>醤油せんべい<br>ちりめんじゃこ         | ビビンバごはん<br>味噌汁(白菜・えのき)<br>魚の煮つけ<br>蒸し豆ベーコン<br>寒天人参オレンジゼリー<br>ほん菓子<br>昆布            | ごはん<br>味噌汁(小松菜・玉ねぎ)<br>魚の味噌煮<br>ワカメとツナの炒め物<br>冷奴<br>ほんはせコーン<br>昆布                          | ごはん<br>味噌汁(豆腐・キャベツ)<br>魚の照り焼き<br>人参のごま酢あえ<br>モロヘイヤ納豆<br>お誕生日ケーキ<br>果物           |  |
| <p>&lt;今月の予定&gt;</p> <p>7/3 (金) 食育の日「梅干し」<br/>夏バテ予防になる梅干しについてお話しします。</p> <p>7/17 (金) お料理の日「ぶっかけそうめん」</p> <div style="text-align: right;">  </div> |   |  |  |   |  |

\*献立内容が変更になる場合もございます。ご了承ください。