2021年07月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	7,5-12.2	7,322		1	2 カミカミデー	3
昼食				御飯、豚肉と野菜のカレー炒め、きゅうりとささ身の酢の物、豆腐みそ汁(あげ)	御飯、なすのはさみ焼き、 卯の花(人参・ツナ)、中 華スープ(カミカミ・れん こん)	豚丼、みそ汁
午後				牛乳130、ジャムパン	牛乳130、りんご、袋菓 子	牛乳130、袋菓子
午前	5	6	7	8	9	10
昼食	御飯、鮭のマリネ、かほ ちゃサラダ(かつおぶ し)、みそ汁(キャベツ・ あげ)	ビビンバ、豆腐スープ (わ かめ)	七夕・七夕そうめん、星ポテト	御飯、野菜たっぷり夏マーボー、粉ふき芋(青のり)、すまし汁(小松菜・あげ)	ハヤシライス、フレンチサ ラダ	チャーハン、中華スープ
午後	牛乳130、バナナ	牛乳130、フルーツゼ リー、袋菓子	牛乳130、おにぎり	牛乳130、ホットドッグ	牛乳130、蒸しパン・黒 糖	牛乳130、袋菓子
午前	12	13	14	15	16 カミカミデー	17
昼食	カレーライス、はるさめサラダ	御飯、かれいの照り焼き、 ブロッコリーの黒ごまサラ ダ、豆腐すまし汁(だいこ ん)	御飯、鶏のからあげ、ポテトサラダ(ハム)、みそ汁	御飯、豚肉と野菜のカレー炒め、きゅうりとささ身の酢の物、豆腐みそ汁(あげ)	御飯、和風あんかけ豆腐ハンバーグ、パスタサラダ、中華スープ(カミカミ・れんこん)	豚丼、みそ汁
午後	牛乳130、バナナ	牛乳130、豆腐ドーナツ	牛乳130、パリパリピザ	牛乳130、ジャムパン	牛乳130、りんご、袋菓 子	牛乳130、袋菓子
午前	19	20	21	22 海の日	23 スポーツの日	24
昼食	ビビンバ、豆腐スープ (わ かめ)	御飯、鮭のマリネ、かぼ ちゃサラダ、みそ汁(キャ ベツ・あげ)	夏野菜の天ぷら丼、豆腐み そ汁(わかめ)			チャーハン、中華スープ
午後	牛乳130、バナナ	牛乳130、フルーツゼ リー、袋菓子	牛乳130、蒸しパン (小豆)			牛乳130、袋菓子
午前	26	27	28	29	30 カミカミデー	31
昼食	カレーライス、はるさめサ ラダ	御飯、かれいの照り焼き、 プロッコリーの黒ごまサラ ダ、豆腐すまし汁(だいこ ん)	御飯、鶏のからあげ、ポテトサラダ(ハム)、みそ汁	御飯、豚肉と野菜のカレー炒め、きゅうりとささ身の酢の物、豆腐みそ汁(あげ)	御飯、和風あんかけ豆腐ハンバーグ、パスタサラダ、 中華スープ(カミカミ・れんこん)	豚丼、みそ汁
午後	牛乳130、バナナ	牛乳130、豆腐ドーナツ	牛乳130、パリパリピザ	牛乳130、ジャムパン	牛乳130、りんご、袋菓 子	牛乳130、袋菓子