

これまでのこんだて 2021年7月



7月1日
牛乳 ご飯
豚の生姜焼き
大根のサラダ
ごまみそ汁



7月2日
牛乳 ご飯
おさかなフライ
ブロッコリー
のツナ和え
パンプキン
シチュー



7月5日
牛乳 ご飯
骨ごとさんま
ひじきのサラダ
みそしる



7月6日
牛乳
二色丼
(麦ごはん)
梅かつお和え
にら玉汁



7月7日
牛乳 ご飯
星形メンチカツ
小松菜のおかか
和え
セタ汁
セタゼリー



7月8日
牛乳
ミートソース
(スパゲッティ
麺)
ジャーマン
ポテト
キャベツの
サラダ



7月9日
牛乳 ご飯
いかの香味焼き
豚肉と切干大根
の炒め物
根菜のみそ汁



7月12日
牛乳 ご飯
焼き餃子
もやしの和え物
中華五目煮



7月13日
牛乳 ご飯
ハンバーグの
テミグラス
ソース
シーザーサラダ
コンソメスープ



7月14日
牛乳 ご飯
あじフライ
和風サラダ
ひじきの炒り煮



7月15日
牛乳
夏野菜カレー
(麦ご飯)
キャベツと
きのこのマリネ
ヨーグルト



7月16日
牛乳 ご飯
鶏のねぎ
味噌焼き
わかめと
ブロッコリーの
サラダ
野菜スープ



7月19日
牛乳
境町産ご飯
白身魚の
チーズ
マヨネーズ焼き
野菜のごま酢
和え
あさりと青梗菜
のスープ



7月20日
牛乳 麦ご飯
麻婆豆腐
中華サラダ
ガリガリ君
ぶどう味
(カップ)