

これまでのこんだて

h30 7月



7月3日

食パン 牛乳
チョコジャム
鶏の漬け焼き
和風
ポテトサラダ
ラタトゥーユ



7月5日

ご飯 牛乳
豆腐の松風焼き
梅かつお和え
冬瓜のスープ



7月6日
 マーボー丼
 (麦ご飯)
 牛乳
 南瓜の胡麻
 サラダ
 セタ汁
 セタゼリー



7月9日
 ご飯 牛乳
 あじフリッター
 チンジャオロース
 もずくスープ
 ヨーグルト



7月10日
 ご飯 牛乳
 千草焼き
 じゃこドレッシング
 和え
 みそ汁



7月11日
 ご飯 牛乳
 いわし昆布煮
 切干大根酢の物
 豆腐のうま煮
 オレンジ



7月12日
 ちゃんぽん麺
 (中華麺)
 牛乳
 揚げ茄子の
 みそ炒め
 茹でとうもろこし



7月13日
 ご飯 牛乳
 ハンバーグ
 卵の甘辛炒め
 わかめの中華
 スープ
 パインヨーグルト



7月17日
 食パン 牛乳
 ママレードジャム
 チーズとおろし
 人参オムレツ
 レタスの炒め物
 南瓜ポタージュ



7月18日
 ご飯 牛乳
 あじフライ
 焼きビーフン
 あさりと
 チンゲン菜
 のスープ



7月19日

境町のご飯

牛乳

豚の生姜焼き

ゴーヤとひじきの

サラダ

野菜スープ

スイカ