

ようび	月	火	水	木	金
ひにち	1	2	3 オリンピックメニュー(かんこく)	4 たなばたメニュー	5
こんだて	ごはん みそしる(じゃがいも・ふのり) チンジャオロース きりぼしだいこんゴマずあえ	かきあげうどん ごまあえ バナナ	ごはん ★トックスープ ★ヤンニョムチキン ★チョレギサラダ	ごはん ★そうめんじる サケのちゃんちゃんやき ★たなばたゼリー	カボチャパン シーフードのトマトスープ チーズコロッケ ブロッコリーわふうサラダ
はたらき	つくる うごかす とどえる	ぎゅうにゅう ふのり こうやとうふ ぶたにく ごめ じゃがいも ゴマあぶら さとう かたくり こゴマ たまねぎ たけのこ ビーマン あかビーマン きりぼしだいこん きゅうり にんじん	ぎゅうにゅう たまご とりにく わかめ のり うどん やさいかきあげ ゴマ さとう ごめ トック かたくりこ こむぎこ あぶら さと うゴマあぶら にんじん ほししいたけ ねぎ にんにく キャベ ツ きゅうり	ぎゅうにゅう サケ ごめ そうめん さとう パター かたくりこ ゼ リー ほししいたけ にんじん みずな キャベツ えの きだけ	ぎゅうにゅう アサリ イカ かつおぶし カボチャパン じゃがいも オリーブオイル あ ぶら ゴマあぶら さとう たまねぎ にんじん セロリ トマト ブロッコ リー
ひにち	8	9 オリンピックメニュー(イタリア)	10	11	12
こんだて	わかめごはん みそしる(チンゲンサイ・あつあげ) てりやきとうふハンバーグ はくさいのゴママヨあえ	★ブロッコリーとペーコンのペペロンチーノ だいこんサラダ ★ティラミス(ミニサイズ)	ごはん たまごのフワフワスープ タンドリーチキン こまつなにびたし	ごはん みそしる(とうふ・なめこ) ぶたにくとやさいのオイスターソースいため きゅうりづけ	しょくパン、みかんジャム クリームシチュー ホタテフライ ゆでキャベツ・ミニトマト
はたらき	つくる うごかす とどえる	ぎゅうにゅう わかめ あつあげ とうふハン バーグ ごめ おぎ さとう かたくりこ ゴマ チンゲンサイ はくさい にんじん	ぎゅうにゅう たまご こなチーズ とうふ とり にく ヨーグルト あぶらあげ ごめ パンこ さとう にら にんじん しょうが にんにく こまつな えのきだけ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく ごめ ゴマあぶら さとう ゴマ なめこ ねぎ キャベツ たまねぎ にんじん ビーマン きゅうり	ぎゅうにゅう とりにく なまクリーム ホタテフ ライ しょくパン みかんジャム じゃがいも あぶら バター にんじん たまねぎ キャベツ ミニマト
ひにち	15 うみのひ	16	17	18	19
こんだて		ジャージャーめん あおのりポテト フルーツミルクあえ	ごはん みそしる(こまつな・こうやとうふ) ごもくたまごやき にくじゃが	ちゅうかどんぶり みそしる(だいこん・あぶらあげ) ひじきとまめのサラダ	ごはん すましじる あつあげとやさいのみそいため おかかあえ
はたらき	つくる うごかす とどえる	ぎゅうにゅう ぶたひきにく ぶたレバー スキ ムミルク あおのり ラーメン あぶら さとう かたくりこ あぶら じゃがいも たけのこ ねぎ ほししいたけ にんにく しょう が もやし きゅうり もも バイン みかん	ぎゅうにゅう こうやとうふ たまご とりひきに く ぶたにく ごめ あぶら さとう じゃがいも こまつな にんじん いんげん ほししいたけ た まねぎ しらすき グリンピース	ぎゅうにゅう ぶたにく あさり あぶらあげ ひ じき だいず ごめ おぎ あぶら さとう ゴマあぶら かたく りこ はくさい たまねぎ にんじん たけのこ ビーマ ン ほししいたけ しょうが だいこん コーン きゅうり	ぎゅうにゅう わかめ あつあげ とりにく かつ おぶし ごめ さとう あぶら かたくりこ ゴマあぶら しめじ にんじん ねぎ キャベツ たまねぎ ビーマン にんじん もやし ほうれんそう
ひにち	22 オリンピックメニュー(フランス)	23 セレクトメニュー	24	25 しゅうぎょうしき	26
こんだて	★ふかいしょうてんのクロワッサン ★ポトフ キャベツとツナのサラダ フルーツポンチ	ひやしごもくうどん ★ハンペンチーズあげ/エビカツ ソファールレモン	ごはん みそしる(こまつな・あぶらあげ) サバのおやき だいこんのそばろに	なつやさいカレーライス もやしとコーンのサラダ メロン	
はたらき	つくる うごかす とどえる	ぎゅうにゅう とりささみ きんしたまご ハンペ ン チーズ たまご エビカツ ソファール うどん こむぎこ かたくりこ あぶら きゅうり	ぎゅうにゅう あぶらあげ サバ とりひきに く ごめ さとう かたくりこ こまつな だいこん にんじん しょうが インゲ ン	ぎゅうにゅう ぶたにく スキムミルク こなチー ズ ごめ おぎ パター さとう ゴマあぶら ゴマ にんじん なす かぼちゃ たまねぎ セロリ しょうが にんにく トマト もやし コーン きゅ うり メロン	

☆ 食材の都合により、献立が変更になる場合があります。

☆ 牛乳は、毎日つきます。

☆ はたらきには、主に使用している食材を記載しています。