

7月のきゅうしょくこんだて予定表

(27年度) (調理場)

日曜日	献立名	おもに 血や肉・骨になるもの	おもに 体の調子を整えるもの	おもに 熱や力になるもの	その他	検査結果(単位:kg/Bq)セシウム134・137
7月1 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう ちゅうかどんのぐ もやしのごまふうみサラダ わかめじる	ぎゅうにゅう ぶたにく、エビ、いか わかめ、みそ	キャベツ、たまねぎ、にら にんじん、しょうが、もやし ほししいたけ、きゅうり ねぎ	ごはん ごまあぶら、かたくりこ ごま、さとう じゃがいも	中華スープの素 塩、しょうゆ 酒、酢 かつおぶし	ND
2 (木)	コッペパン、ぎゅうにゅう ローストチキン やさいのソテー ミネストローネ	ぎゅうにゅう とりにく チーズ	しょうが、にんにく、キャベツ たまねぎ、ピーマン にんじん、パセリ、トマト	コッペパン とうもろこし、オリーブオイル じゃがいも、マカロニ、バター	塩、コショウ 酒 スープストック	
3 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう さばのみそに ちゅうかサラダ キムチスープ	ぎゅうにゅう さば、みそ	しょうが、キャベツ、きゅうり にんじん、たまねぎ、もやし こまつな、はくさいキムチ	ごはん さとう マロニー、ごま、ごまあぶら あぶら	みりん、酒 酢、しょうゆ かつおぶし	
6 (月)	ごはん、ぎゅうにゅう とりにくのしちみやき じゃがいもとさつまあげのにも キャベツのみそしる	ぎゅうにゅう とりにく さつまあげ みそ	しょうが、にんにく、ごぼう だいこん、にんじん、えだまめ キャベツ、たまねぎ ほししいたけ	ごはん ごまあぶら じゃがいも、さとう、あぶら	みりん、しょうゆ 七味唐辛子 だしの素 かつおぶし	
7 (火)	☆たなばたこんだて☆ ソフトめん、ぎゅうにゅう わかめうどんのしる ぶたにくのあまずあんかけ たなばたデザート	ぎゅうにゅう とりにく、わかめ、あぶらあげ ぶたにく	ねぎ、にんじん、ほししいたけ たまねぎ、ピーマン	ソフトめん ふ かたくりこ、じゃがいも、あぶら さとう、ゼリー	しょうゆ、みりん 酒、塩、酢 かつおぶし	
8 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう さんまのかばやき だいこんサラダ こまつなのみそしる	ぎゅうにゅう さんま とうふ、みそ	しょうが、だいこん、キャベツ にんじん、こまつな、ねぎ	ごはん かたくりこ、あぶら、さとう オリーブオイル じゃがいも	しょうゆ、酒 みりん、酢、塩 かつおぶし	
9 (木)	コッペパン、ぎゅうにゅう、ジャム マカロニのチーズに コンソメスープ	ぎゅうにゅう チーズ ウインナー	たまねぎ、キャベツ にんじん、パセリ	コッペパン、いちごジャム マカロニ、じゃがいも とうもろこし	塩、コショウ スープストック	
10 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう ポークカレー コールスローサラダ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、しょうが にんにく、キャベツ、きゅうり	ごはん じゃがいも、オリーブオイル とうもろこし、さとう	カレーフレーク 塩、コショウ ソース、ケチャップ 酢	
13 (月)	ごはん、ぎゅうにゅう あぶらあげのふくめに ごもくいため じゃがいものみそしる	ぎゅうにゅう あぶらあげ ぶたにく みそ	しょうが、キャベツ、にんじん にら、だいこん、ねぎ	ごはん さとう マロニー、ごまあぶら じゃがいも	しょうゆ、酒 みりん かつおぶし	
14 (火)	ちゅうかめん、ぎゅうにゅう タンメンのスープ インディアンポテト	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	キャベツ、にんじん、もやし こまつな、ほししいたけ たまねぎ、ピーマン	ちゅうかめん ごまあぶら かたくりこ、じゃがいも、あぶら	しょうゆ、酒 塩、コショウ 中華スープの素 カレー粉	
15 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう ぶたにくのみそふうみやき きゅうりのごますあえ なまあげじる	ぎゅうにゅう ぶたにく、みそ なまあげ	しょうが、きゅうり、キャベツ もやし、だいこん	ごはん さとう ごま、ごまあぶら じゃがいも	みりん、酒 酢、しょうゆ かつおぶし	
16 (木)	しよくパン、ぎゅうにゅう チリコンカン やさいスープ くだもの	ぎゅうにゅう ぶたにく、だいず	たまねぎ、にんじん、キャベツ グリーンピース、だいこん パセリ アップルシャーベット	しよくパン じゃがいも、オリーブオイル さとう	ケチャップ、ソース 塩、コショウ スープストック	
17 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう さけのりきゅうあげ キャベツとえだまめのサラダ たまねぎのみそしる	ぎゅうにゅう さけ とうふ、みそ	キャベツ、にんじん、もやし えだまめ、たまねぎ	ごはん さとう、ごま、かたくりこ あぶら、じゃがいも	しょうゆ、酒 酢 かつおぶし	
～ な つ や す み ～						

* 三春町の米(コシヒカリ)

* 材料の都合により、献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。