

7月のメニュー



	月	火	1日 水	2日 木	3日 金	
()内は アレルギー			レーズンロールパン (パン) お魚フライ (卵・乳・大豆) かぼちゃのコンソメ煮 (乳) 牛乳 (乳) オレンジ	ゆかりごはん 酢豚 ツナサラダ すまし汁 メロン	ハヤシライス (乳・大豆) シェルマカロニサラダ コンソメスープ パインアップル	
使用食材		七夕 メニュー				
エネルギー			434kcal	435kcal	452kcal	
	6日	7日	8日	9日	10日	
()内は アレルギー	ごましおごはん (ごま) ハンバーグデミソース (卵・乳・大豆) ソーセージソテー (えび・かに・大豆) コーンポタージュ (乳) みかん缶	グリーンピースごはん 鶏のから揚げ 冬瓜のかにくす煮 (卵・かに・大豆) そうめんのすまし汁 カクテルフルーツ	バターロール (パン) カラフル野菜のトマトカレー煮 ポテトサラダ 牛乳 (乳) グレープフルーツ	ごはん 豚のみそ炒め (ごま) 中華サラダ (ごま・生トマト) すまし汁 オレンジ	ごはん 八宝菜 (えび・ごま) ビーフン炒め (えび・かに・大豆) わかめスープ メロン	
使用食材	米、ごま塩、ハンバーグ、玉葱、マッシュルーム、デミグラスソース、魚肉ソーセージ、人参、ブロッコリー、コーンポタージュの素、牛乳、バター、小麦粉、みかん缶	米、グリーンピース、人参、鶏肉、醤油、卵、冬瓜、かにかまぼこ、そうめん、オクラ、カクテルフルーツ	パン、ジャム、鶏肉、玉葱、ピーマン、なす、コンソメ、トマトソース、ツナ、じゃが芋、いんげん、醤油、牛乳、グレープフルーツ	米、豚肉、なす、黄ピーマン、人参、いんげん、ごま油、もやし、胡瓜、トマト、醤油、花麩、小松菜、オレンジ	米、豚肉、えび、白菜、玉葱、人参、きぬさや、きくらげ、醤油、ごま油、魚肉ソーセージ、ビーフン、もやし、ピーマン、赤ピーマン、わかめ、長ねぎ、メロン	
エネルギー	416kcal	365kcal	407kcal			
	15日					
()内は アレルギー		七夕は、お星さまに お願いごとができる日。 そうめんて天の川。 オクラや人参でお星さまを あらわしてみました☆				
使用食材						
エネルギー		150kcal				

とうがんのお話

みなさんは、「とうがん」というおやさいをしていますか？

とうがんさんは あついなつになるとぐんぐんそだつ、スイカをちょっとほそながくしたようなおやさいです。

なつにおおきくなるのに、ぶあついかわでつつまれているから、そーっとおいておくとふゆまでとっておくことができるんですって。

とうがんさんはほとんどがおみずでできているので、たべるとみなさんのからだをひやしてくれますし、おひさまにまけない つよいおはだをつくってくれるえいようもはいついて、なつにぴったりのたべものなんです。

とうがんさんは あまりあじがしないけれど、スープやにもものにとろんとして、やわらかく たべられます。

7がつにはいってきゅうしょくはあとすこしですが、7にちの たなばたメニューではとうがんがとうじょうします。ぜひめしあがってくださいね。

*食材の納品状況に応じ、メニューの一部を変更させていただく場合がございます。

★アレルギーの食材に関するご注意★
原材料に卵・乳・大豆・鶏肉・牛肉・豚肉・青魚・ゼラチンなどを含んでいる可能性があります。