

# [ 献立予定表 ]

2020年 7月

鷺沼第三小・緑苑小・緑陽中

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他
<b>【変更前】</b>						
9 木	麦ごはん	○		精白米,精麦		
	白玉ふのすまし汁		かまぼこ,木綿豆腐,わかめ	白玉麩	干し椎茸,にんじん,だいこん,えのきたけ,こまつな	かつおだしパック,食塩,うすくちしょうゆ
	なすの肉みそかけ		豚ひき肉,赤みそ,豆乳	サラダ油,中さら糖,かたくり粉	なす,しょうが	酒,水
<b>【変更後】 ※変更点は赤字です。</b>						
9 木	麦ごはん	○		精白米,精麦		
	けんちん汁		かまぼこ,木綿豆腐,鶏肉,油揚げ	こんにゃく,	干し椎茸,にんじん,ごぼう,ねぎ	かつおだしパック,食塩,うすくちしょうゆ
	なすの肉みそかけ		豚ひき肉,赤みそ,豆乳	サラダ油,中さら糖,かたくり粉	なす,しょうが,枝豆	酒,水
<b>【変更前】</b>						
15 水	小型パン	○		小型パン		
	五目焼きそば		豚肉,あおのり,かつお節	サラダ油,中華めん	玉ねぎ,にんじん,干し椎茸,キャベツ,煮ピーマン,やし,しょうが	酒,食塩,白こしょう,焼きそばソース
	フルーツあえ			みかんゼリー	パイン,みかん	
	一食小魚		味付小魚(カタクチイワシ)			
<b>【変更後】 ※変更点は赤字です。</b>						
15 水	小型パン	○		小型パン		
	五目焼きうどん		豚肉,あおのり,かつお節,はんぺん	サラダ油,うどん	玉ねぎ,にんじん,干し椎茸,キャベツ,煮ピーマン,やし,しょうが	酒,食塩,白こしょう,焼きそばソース
	フルーツあえ			みかんゼリー	パイン,みかん	
	一食小魚		味付小魚(カタクチイワシ)			