

25/07/01（火）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	八宝菜
4	ごまポテト
5	ツナふりかけ

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 にんにく しょうが 豚もも肉 いか短冊（青森県） 酒 干しいたけ 穂先たけのこスライス にんじん 玉ねぎ うずら卵水煮 天塩 白こしょう みりん うすくちしょうゆ はくさい 葉ねぎ でんぶん ごま油
4	じゃがいも でんぶん 白絞油 さとう みりん こいくちしょうゆ 黒ゴマ
5	ツナ水煮 こいくちしょうゆ みりん さとう

25/07/02（水）	
1	伊賀牛ビビンバ
2	牛乳
3	卵スープ

No	食品名
1	精白米 おおむぎ サラダ油 にんにく 牛小間切れ肉 酒 さとう こいくちしょうゆ ごま油 にんじん ほうれん草 小大豆もやし 食塩 ごま油 みりん さとう 赤みそ ごま油 コチジャン
2	牛乳
3	だし用かつお節 にんじん うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう 玉ねぎ 木綿豆腐 でんぶん 鶏卵 葉ねぎ

25/07/03（木）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	鮭のマヨネーズ焼き
4	小松菜のごま和え
5	かぼちゃのみそ汁

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	鮭（北海道） 食塩 白こしょう ノンエッグマヨネーズ みりん うすくちしょうゆ
4	こまつな キャベツ にんじん うすくちしょうゆ いりごま
5	だし用かつお節 玉ねぎ 刻み油あげ 西洋かぼちゃ 赤みそ 白みそ 葉ねぎ

25/07/04（金）	
1	減量麦ごはん
2	牛乳
3	焼きうどん
4	大豆とじゃこの揚げからめ
5	しそふりかけ

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	サラダ油 豚ばら肉 にんじん 玉ねぎ キャベツ 葉ねぎ 食塩 白こしょう こいくちしょうゆ たまりしょうゆ みりん 冷凍うどん 削り節（1食用）
4	大豆 でんぶん 白絞油 ちりめんじゃこ（兵庫県） こいくちしょうゆ さとう
5	ゆかり

25/07/07（月）	
1	鶏そぼろご飯
2	牛乳
3	ポテトサラダ
4	七夕そうめん汁

No	食品名
1	精白米 しょうが 鶏ももミンチ 酒 穂先たけのこスライス にんじん さとう こいくちしょうゆ
2	牛乳
3	じゃがいも きゅうり にんじん 玉ねぎ 食塩 白こしょう 洋からし サラダビネガー さとう ノンエッグマヨネーズ
4	だし用かつお節 えのきたけ 木綿豆腐 伊賀の糸（そうめん） うすくちしょうゆ みりん 葉ねぎ

25/07/08（火）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	あじの菜の花オイル焼き
4	ケチャップ
5	アスパラサラダ
6	もずくのみそ汁

25/07/09（水）	
1	なす入り麻婆どんぶり
2	牛乳
3	切り干し大根の中華あえ

25/07/10（木）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	白身魚の香味ソースかけ
4	ミニトマト
5	中華野菜スープ
6	ひじきふりかけ

25/07/11（金）	
1	セルフツナサンド
2	牛乳
3	チリコンカン

25/07/14（月）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	チキンカツ
4	一食用 ウスターソース
5	チンゲン菜の磯辺和え
6	じゃが芋と玉ねぎの赤だし

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	鰯切り身（ニュージーランド） 食塩 白こしょう 粒入りマスタード 白ワイン パン粉 なたね油 サラダ油
4	トマトケチャップ
5	アスパラガス キャベツ にんじん きゅうり 玉ねぎ サラダ油 サラダビネガー さとう 食塩 白こしょう
6	だし用かつお節 たまねぎ じゃがいも 刻み油あげ 白みそ もずく 葉ねぎ

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
	ラード にんにく しょうが トウバンジャン 豚ミンチ肉 酒 だし用かつお節 さとう こいくちしょうゆ 赤みそ なす サラダ油 木綿豆腐 葉ねぎ でんぶん 一味唐辛子 ごま油
2	牛乳
3	切干しだいこん にんじん 緑豆もやし きゅうり うすくちしょうゆ さとう 米酢 いりごま

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	メルルーサ（メキシコ） 食塩 白こしょう でんぶん 白絞油 葉ねぎ しょうが にんにく こいくちしょうゆ 米酢 さとう ごま油
4	ミニトマト
5	だし用かつお節 しょうが にんじん 玉ねぎ 緑豆もやし 木綿豆腐 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ でんぶん 葉ねぎ ごま油
6	サラダ油 ひじき こいくちしょうゆ みりん さとう いりごま

No	食品名
1	コッペパン80 ライトツナフレーク キャベツ 玉ねぎ きゅうり 食塩 白こしょう ノンエッグマヨネーズ
2	牛乳
3	大豆（煮豆用） サラダ油 豚ミンチ肉 赤ワイン セロリー にんにく にんじん マッシュルーム 玉ねぎ 青ピーマン ベイリーフ トマトダイス缶 トマトケチャップ とんかつソース さとう チリパウダー パプリカ 食塩 白こしょう

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	鶏むね肉皮なし 食塩 白こしょう 薄力粉 でんぶん サラダ油 パン粉 白絞油
4	1食用ウスターソース
5	チンゲン菜 キャベツ にんじん うすくちしょうゆ 焼き角きざみのり
6	だし用かつお節 玉ねぎ じゃがいも 刻み油あげ 赤みそ カットわかめ 葉ねぎ

25/07/15（火）	
1	ウインナーピラフ
2	牛乳
3	コーンクリームシチュー

No	食品名
1	精白米 おおむぎ 食塩 サラダ油 カットウインナー 玉ねぎ にんじん 青ピーマン 白こしょう カレー粉 コンソメ
2	牛乳
3	サラダ油 セロリー 玉ねぎ にんじん ホールコーン ベイリーフ だし用かつお節 じゃがいも コーンクリーム 食塩 白こしょう 薄力粉 バター 牛乳 生クリーム

25/07/16（水）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	豚キムチ
4	春雨サラダ
5	ぶどうゼリー

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 にんにく しょうが 豚小間切れ肉 食塩 白こしょう 酒 にんじん 玉ねぎ 緑豆もやし キャベツ こいくちしょうゆ キムチ にら ごま油
4	はるさめ にんじん きゅうり ホールコーン 洋辛子 米酢 食塩 さとう うすくちしょうゆ ごま油
5	ぶどうゼリー

25/07/17（木）	
1	サイコロビーフのカレーライス
2	牛乳
3	青じそドレッシングサラダ
4	福神漬

No	食品名
1	精白米 おおむぎ サラダ油 にんにく しょうが セロリー 牛角切肉 赤ワイン 食塩 白こしょう カレー粉 玉ねぎ にんじん ベイリーフ じゃがいも フルーツチャツネ ウスターソース トマトピューレー オールスパイス カレールウ米粉
2	牛乳
3	キャベツ きゅうり サラダこんにゃく 青じそ さとう こいくちしょうゆ 天塩 米酢
4	福神漬