



# 献立表



2026年7月

日付	献立名	材料名			
23 木	米粉のカレーライス 海藻サラダ 小玉すいか	牛乳、豚肉、レンズ まめ(乾)	胚芽米、じゃがい も、米粉、はるさ め、オリーブ油、サ ラダ油、はちみつ	小玉すいか、たまねぎ、 にんじん、きゅうり、り んご、セロリ、海藻ミッ クス、にんにく、しょう が	しょうゆ、とんかつソー ス、ケチャップ、酢、食 塩、カレー粉、鳥がら、 ペーリーフ

2026年9月

日付	献立名	材料名				
23 木	ご飯 魚の照り焼き おかか和え みそ汁	バナナ	牛乳、さげ、みそ、 油揚げ、かつお節	米、じゃがいも、き び砂糖	バナナ、もやし、ほうれ んそう、たまねぎ、にん じん	しょうゆ、本みりん、 だし用煮干し

