



PLAYPOURRI INTERNATIONAL 7月の献立表



ひにち	こんだて	ざいりょう
2 月	とりのからあげ	鶏肉
	きりぼしだいこんのにつけ	油揚げ 切干大根 人参 インゲン
	みそしる	季節の野菜
3 火	さかなのかれーあんかけ	タラ 玉葱 人参 えのき しめじ 青菜 カレールー
	からふるおひたし	人参 コーン 枝豆 青菜
	みそしる	季節の野菜
5 木	はやしらいす	豚肉 玉葱 人参 トマトジュース トマト缶 ハヤシルー トマトケチャップ コンソメ
	ふらいどぼてと	じゃがいも
	くだもの	スイカ
6 金	やさいたっぷりぶたどん	豚肉 キャベツ 玉葱 人参 しめじ ごま油
	かぼちゃのにつけ	南瓜
	みそしる	季節の野菜
9 月	さけのゆうあんやき	鮭
	がんもとやさいのにも	がんも コンニャク 人参 大根 インゲン
	みそしる	季節の野菜
10 火	すどり	鶏肉 玉葱 人参 しめじ インゲン ケチャップ
	あおなのおかかあえ	青菜 人参 もやし かつお節
	みそしる	季節の野菜

ひにち	こんだて	ざいりょう
12 木	かれーらいす	豚肉 玉葱 じゃが芋 人参 カレールー
	こーるすろーさらだ	キャベツ 人参 ブロccoli コーン マヨドレ
	ぶどうかてん	ぶどうジュース イナアガー
13 金	さわらのごまみそやき	さわら 味噌 ごま
	あおなともやしのあえもの	青菜 もやし 人参
	すいもの	季節の野菜
16 月	海の日	
24 火	とりにくのうめやき	鶏肉 ねり梅
	こうやどうふのにつけ	鶏肉 高野豆腐 人参 大根 インゲン
	みそしる	季節の野菜
30 月	さばのしおやき	鯖
	はるさめさらだ	ツナ 春雨 きくらげ 青菜 人参 ごま油
	みそしる	季節の野菜

☆青菜は、キャベツ、白菜、小松菜、ほうれん草、水菜を含みます。

このマークの日はスプーンを持参してください。

※マヨドレ=卵を使用していないアレルギー対応のマヨネーズです。

※旬の食材を使用しておりますので、メニューが変更する場合がございます。ご了承いただくと幸いです