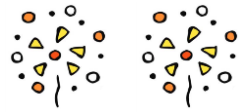


夏

エステルパウロメニュー

Ester & Dauls Kitchen Summer Menu



月	火	水	木	金
7/29 ごはん 大豆入りミートローフ さつまいもサラダ トマトスープ フルーツ	7/30 ごはん ビビンバ ビーフンスープ フルーツ	7/31 ごはん さつまあげ 小松菜とコーン和え みそ汁 フルーツ	8/1 ごはん からあげ ツナと野菜のごま酢和え カレースープ	8/2 ボウリング 
ジャムサンド	フルーチェ	ババロア	シャーベット	★アイスクリーム
8/5 ごはん やながわ風丼 じゃこサラダ 豆腐のすまし汁 フルーツ	8/6 ごはん トマト入り炒り豆腐 おひたし みそ汁 フルーツ	8/7 ごはん たらのごまみそマヨ ジャーマンポテト キャベツの野菜スープ フルーツ	8/8 サンドイッチ スティックポテト ミニチャウダー フルーツ	8/9 映画 わかめごはん 冷しゃぶ かきたま汁 フルーツ
わらびもち	蒸しパン	プリン・アラモード	ポップコーン	★アイスクリーム
エステル・ロメモ 夏バテ・熱中症予防にバナナ!!! バナナは暑い日に失われるビタミン・ミネラルを多く含むので、 夏バテ・熱中症予防にとても効果的!! さらに「やる気・癒し・睡眠ホルモン」の生成を助ける上、 エネルギーとしても優秀でなのです(*^v^) 				8/16 防災食 ツナカレー マカロニサラダ フルーツポンチ ★アイスクリーム
8/19 ごはん 高野の卵とじ ごま和え 大根のみそ汁 フルーツ	8/20 ごはん ラタトゥーユ ゆで卵 塩昆布パスタ フルーツ	8/21 夏まつり ごはん(なめたけ) さわらの照り焼き ウイニー炒め 卵スープ ★かき氷(店)	8/22 ごはん ひじきの炒め煮 酢の物 夏野菜のみそ汁 フルーツ	8/23 ごはん あじの南蛮漬け キャベツのゆかり和え わかたまスープ フルーツ
フルフルゼリー	ドーナツ	ソースせんべい	白玉団子	シャーベット
8/26 始業式 ごはん 野菜のそぼろ煮 うちこみ汁 フルーツ	8/27 ハヤシライス パンプキンサラダ ゆで卵 フルーツ	8/28 誕生会 ごはん マーボー豆腐 ワンタンスープ フルーツ	8/29 学校給食開始 	8/30 
ホットケーキ	フライドパンプキン	パンプティング	わらびもち	チヂミ