



7月のお誕生日メニュー

お刺身盛り合わせ

ウナギたたき

手仕込みホッケフライ

焼きおにぎり

すまし汁

苺のロールケーキ

週 間 献 立 表

	朝 食	昼 食	夕 食
7月 13日 (日)	ご飯・味噌汁 ウインナー 竹の子土佐煮 さつま芋の白和え パイン缶 牛乳 	冷やしとろろそば いなり寿司 若鶏二色巻き 切り干しゆず香り バナナ 	ご飯、味噌汁 さんま蒲焼 小松菜とぶた中華炒め ところてん
14日 (月)	ご飯、味噌汁 鮭の塩焼き ごぼうの旨煮 オクラと湯葉のお浸し みかんヨーグルト 牛乳	ご飯、味噌汁 白身魚西京焼き 南瓜の天ぷら 白菜の塩昆布和え 	ご飯、味噌汁 鶏肉のマスタード焼き 五目巾着煮 緑野菜のイタリアンサラダ 
15日 (火)	ご飯・味噌汁 スクランブルエッグ 冬瓜そぼろあんかけ レンコン梅オカ力和え ぶどう缶 牛乳 	ご飯、味噌汁 豚肉とアスパラの 柚子胡椒炒め 野菜大豆煮 胡瓜とわかめの酢味噌和え	ご飯、味噌汁 ほっけ塩こうじ焼き もやし炒め たらもサラダ
16日 (水)	ご飯・味噌汁 若鶏ごま照焼き ずいきの炊いたん キャベツの彩り酢の物 黄桃ヨーグルト 牛乳	梅しらす御飯、味噌汁 揚げ出し豆腐おろしだれ 炊き合わせ 菜の花わさび和え	ご飯、味噌汁 さば味噌煮 かぶの蟹あんかけ 春菊ピーナッツ和え
17日 (木)	ご飯・味噌汁 カレー生姜醤油煮 さつま揚げ入り切り昆布 小松菜お浸し マンゴー缶 牛乳	お誕生日会 	ご飯、味噌汁 チキンステーキ なすの味噌炒め 豆と根菜のごまだれサラダ 
18日 (金)	ご飯・味噌汁 五目卵焼き ほうれん草コーンバター炒め 三色豆 アロエヨーグルト 牛乳	豚丼、味噌汁 たらもロミ漬け焼き 小松菜豆乳よせあんかけ さつまいもサラダ 	ご飯、味噌汁 回鍋肉 えび海鮮餃子 塩だれナムル 
19日 (土)	ご飯・味噌汁 納豆 筑前煮 白菜のゆかり和え リンゴ缶 牛乳 	ご飯、味噌汁 赤魚のみりん焼き がんも煮 千切り長芋	ご飯、味噌汁 チーズメンチカツ アスパラソテー エリンギマリネ

仕入の都合により献立の一部を変更する場合があります、ご了承下さい。

週 間 献 立 表

	朝 食	昼 食	夕 食
7月 20日 (日)	ご飯・味噌汁 マイルドステーキ 竹輪と昆布の煮物 いんげん胡麻和え パイン缶 牛乳	梅うどん 巻き寿司 にしん土佐煮 大根なます フルーツアロエ	ご飯、味噌汁 豚肉と野菜のスタミナ炒め 焼きじゃが ブロッコリーおかか和え
21日 (月)	ご飯、味噌汁 野菜入り卵よせ 青梗菜と油揚げの煮浸し マカロニサラダ みかんヨーグルト 牛乳	夏野菜シーフードカレー コンソメスープ レタスサラダ スイカゼリー 	ご飯、味噌汁 鶏肉の醤油麴漬け焼き もやしとハム炒め おくらのガーリックマリネ 
22日 (火)	ご飯・味噌汁 いわしの梅煮 きのこバターソテー 菜の花湯葉和え ぶどう缶 牛乳	ご飯、味噌汁 ポークソテー バーベキューソース 南瓜のグラタン キャベツのしらす和え	ご飯、味噌汁 そいの野菜あんかけ 肉詰めいなり ゴボウサラダ
23日 (水)	ご飯・味噌汁 炒り豆腐包み焼き ふきの煮物 胡瓜粕漬け 黄桃ヨーグルト 牛乳	ご飯、味噌汁 鮭のちゃんちゃん焼き 茄子の甘辛煮 彩り野菜の和え物 	ご飯、味噌汁 牛肉のしぐれ煮風 野菜たっぷりちぎり和え 子持ちこんにゃく
24日 (木)	ご飯・味噌汁 彩り野菜の卵焼き 鶏肉とれんこんの煮物 ほうれん草なめ茸和え マンゴー缶 牛乳	ご飯、味噌汁 豚しゃぶぽん酢かけ ふろふきかぶ トマトしそ和え 	ご飯、味噌汁 ほっけバター醤油焼き 冷奴 もやしと蟹カマ和え 
25日 (金)	ご飯・味噌汁 サバネギ醤油焼き コーンクリーム煮 彩り野菜のお浸し アロエヨーグルト 牛乳	パン、コンソメスープ ピザ風チキン スナップエンドウソテー キウイフルーツ 	ご飯、味噌汁 赤魚の粕漬け焼き 里芋とさつま揚げの煮物 きのこのおぼろ和え 
26日 (土)	ご飯・味噌汁 ベジステーキ 芋づるぜんまいの田舎煮 おくらと山芋のねばねばサラダ リンゴ缶 牛乳	ご飯、味噌汁 豚肉と野菜の味噌炒め 豆ひじき コールスローサラダ	ご飯、味噌汁 たら煮付け 海老マヨ  からし菜お浸し

仕入の都合により献立の一部を変更する場合があります、ご了承下さい。