

7月献立表

	朝食	昼食	夕食		朝食	昼食	夕食
1(水)	チョコクリスピー 牛乳 チーズオムレツ 白菜スープ アップルジュース	ポークカレー サラダバイキング プリン 牛乳	ごはん えびステーキカツ なす味噌炒め 中華和え	17(金)	ごはん ツナマヨ 味噌汁 牛乳	ごはん 鮭のムニエル なすのそぼろ煮 わらびもち 赤だし汁	ごはん クリームシチュー えびフライ
2(木)	ごはん 納豆・ささかまぼこ 味噌汁 牛乳	ごはん 鶏肉のはちみつ焼き 冷や奴 もろみ和え	ごはん 焼き魚(太刀魚) きんぴらごぼう いそべ揚げ	18(土)	チーズパン ゆで卵 豆腐のスープ 牛乳	炊き込みご飯 冷麺 野菜ジュース	ごはん 魚の漬け焼き ツナじゃが 小松菜ごま和え
3(金)	ごはん シャウエッセン 味噌汁 牛乳	えびピラフ 牛しゃぶ みかん缶 ワンタンスープ	ごはん 豚肉の味噌炒め 大豆の煮物 にらまんじゅう	19(日)	ごはん つくねの照り焼き 味噌汁 牛乳	親子丼 滑まし汁	ごはん 八宝菜 ビッグしゅうまい
4(土)	コロッケパン マカロニサラダ コンソメスープ 牛乳	わかめごはん ハイカラうどん 茶碗蒸し	ごはん ビーフシチュー 蟹クリームコロッケ	20(月)	蒸しパン オムレツ コンソメスープ 牛乳	ごはん スパゲティ ミニハンバーグ デラウェア	ごはん 鶏肉のこんがり焼き ひじきの炒め煮 たこの酢物
5(日)	ごはん 目玉焼き 豚汁 牛乳	ウナギの蒲焼き丼 吸い物	ごはん 鶏肉のスパイスグリル ミニ塩鯖 海藻サラダ	21(火)	ごはん・ふりかけ ポークウィンナー 味噌汁 牛乳	ごはん マグロの竜田揚げ いり鶏 オニオンポン酢 蟹見大福	ごはん 豚しゃぶサラダ 肉味噌奴 ほうれん草のおひたし
6(月)	メープルクリームパン ロースハム・スライスチ 中華スープ 牛乳	ごはん 赤魚の煮付け 切干大根の土佐煮 鶏のレモンバジル風 卵スープ	ごはん 豚肉の生姜焼き 大根のホタテの照り煮 シーザーサラダ	22(水)	食パン(ブルーベリージャム) エビチリ団子 ミルクスープ 牛乳	ハヤシライス サラダバイキング ワッフル 牛乳	ごはん すき焼き風煮 えびの水晶包み
7(火)	ごはん 苺野豆腐の卵とじ 味噌汁 牛乳	ごはん 焼き肉風 白菜キムチ 梅々鶏 わかめスープ	ごはん ポークビーンズ 肉じゃがコロッケ ふりかけ	23(木)	ごはん 納豆・おろし和え 味噌汁 牛乳	ごはん 鶏肉のホイル焼き たこマリネ 野菜ソテー	ごはん 魚の味噌煮 焼きそば 味噌汁
8(水)	食パン(イチゴジャム) ツナサラダ コンソメスープ 牛乳	チキンカレー サラダバイキング	ごはん ハマチの照り焼き 中華サラダ ーロイカ天	24(金)	ごはん 厚焼き卵 味噌汁 牛乳	ごはん 豚肉のねぎ焼き 揚げ出し豆腐 和え物	ごはん ビーフストロガノフ もっちりコロッケ
9(木)	ごはん 厚焼き卵 味噌汁 ごま昆布 牛乳	ごはん 豚肉と野菜の炒め物 カボチャの旨煮 トマトサラダ	ごはん 麻婆豆腐 春巻き	25(土)	シュガーロール スパゲティサラダ 中華スープ 牛乳	わかめごはん 血うどん	ごはん からあげ サラダ れんこんきんぴら
10(金)	ごはん 納豆・野菜天ぷら 味噌汁 牛乳	ごはん タンドリーチキン 明太子スパ 四川風英容蟹	ごはん 水餃子 煮物	26(日)	ごはん・ふりかけ ビッグ肉団子 味噌汁 牛乳	他人丼 滑まし汁	ごはん 回鍋肉 和え物 そぼろあん包み
11(土)	ミルクフランス マカロニサラダ コンソメスープ 牛乳	ゆかりごはん とんこつラーメン あげシュウマイ	ごはん 牛肉オイスターソース炒め 筑前煮 酢物	27(月)	ハムロールデニッシュ ジャーマンポテト コンソメスープ 牛乳	ごはん 焼き魚 チキンマリネ 蟹こんにゃく かき玉汁	ごはん 牛肉ソテー ゆかり揚げ 大根の煮物
12(日)	ごはん 八幡巻 味噌汁 牛乳	ビビンバ丼 中華スープ	ごはん 肉団子と野菜のスープ フライ	28(火)	ごはん 厚切りハム 味噌汁 牛乳	ごはん 焼きうどん さめフライ	ごはん ささみフライ シーザーサラダ 野菜スープ
13(月)	サンドイッチ ポテトサラダ オニオンスープ 牛乳	ごはん 豚キムチ炒め 五目煮 大根サラダ	ごはん 鶏肉のもろみ焼き 辛子和え	29(水)	揚げパン マスタードサラダ ベーコンスープ 牛乳	ポークカレー サラダバイキング シュークリーム 牛乳	ごはん 魚の煮付け さつまいも天ぷら ピーマンと牛肉の炒め物
14(火)	ごはん マグロフレーク 佃煮 味噌汁 牛乳	ごはん 魚フライ(カレイ) ビーフソテー けんちん汁	ごはん 牛肉の韓国風焼き さつまいもサラダ 厚揚げこんにゃく	30(木)	ごはん 納豆・じゃこ天 味噌汁 牛乳	ごはん ざるそば さつまあげ	ごはん 肉じゃが 餃子 和え物
15(水)	ホットケーキ フルーツポンチ ウィンナースープ 牛乳	カツカレー サラダバイキング ココアバナボア	ごはん 肉豆腐 あじチーズフライ	31(金)	ごはん つくねの照り焼き 味噌汁 牛乳	ごはん 鶏肉と風ロースト たけのこ土佐煮 和え物	ごはん ポークステーキレモン風味 ポテトサラダ 野菜炒め
16(木)	ごはん ししゃも 味噌汁 牛乳	ごはん ビーフステーキ フライドポテト サラダ	ごはん 鶏天 味噌付けひろうす シーフードサラダ				