

献立予定表(7月度)

H. 22年度

	日(日)	日(月)	日(火)	日(水)	1日(木)	2日(金)	3日(土)
朝					ごはん 味噌汁 牛乳 盛り合わせ (納豆・野菜天)	ごはん 味噌汁 牛乳 盛り合わせ (八幡巻き)	食パン 牛乳 サラダ(ウインナー) コンソメスープ
昼					ごはん・ふりかけ ピザ 筑前煮 サラダ ヤクルト	麦飯・山かけ 魚の竜田揚げ ナポリタン 胡麻和え	ゆかりごはん 担々麺 盛り合わせ
夕					ごはん チンジャオロース 揚げだし豆腐 マリネ	ごはん 鶏肉のスパイシーグリ 切干大根煮 海藻サラダ	ごはん 豚肉の味噌炒め 雷こんにゃく ピーナッツ和え
	4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
朝	ごはん 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(鯖)	チョコねじりパン 牛乳 サラダ(ハム) 中華スープ	ごはん 味噌汁 牛乳 盛り合わせ (ハンバーグ)	食パン 牛乳 サラダ(オムレツ) コンソメスープ	ごはん 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(鶏胡麻)	ごはん 味噌汁 牛乳 盛り合わせ (納豆・つくね)	食パン 牛乳 サラダ(ポテトサラダ・ハム) ヨーグルト ワンタンスープ
昼	親子丼 清まし汁	ごはん マカロニグラタン フライドポテト サラダ 卵スープ	ごはん 酢豚 盛り合わせ	ごはん ビーフカレー 福神漬・花らっきょう サラダ・セタゼリー 牛乳orコーヒースト	ごはん さばの味噌煮 炒り豆腐 フライ けんちん汁	ごはん 唐揚げ 金平ごぼう トマトサラダ コンソメスープ	鮭菜飯ごはん 冷麺 スイカ
夕	ごはん すきやき風煮 盛り合わせ	ごはん 鮭パン粉揚げ ビーフソテー 中華サラダ	ごはん 鶏肉のもろみ焼き 芙蓉蟹 イカのもやし炒め キムチスープ	ごはん・ふりかけ 肉団子と野菜のスー 盛り合わせ	ごはん 豚肉の生姜焼き 明太子スパ シーフードサラダ	ごはん 牛肉の韓国風焼き ミニお好み焼き オニオンのボン酢かけ ぶどう	ごはん・ふりかけ 八宝菜 盛り合わせ
	11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
朝	ごはん 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(卵)	ロールパン 牛乳 サラダ(ポテトチキン) ミネストローネ	ごはん 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(肉団子)	ホットケーキ 牛乳 サラダ(スパ・ツナ) パンブキンスープ	ごはん 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(鯖)	ごはん 味噌汁 牛乳 盛り合わせ (納豆・卵豆腐)	食パン 牛乳 サラダ(ゆで卵・ツナ) コンソメスープ
昼	ビビンバ丼 中華スープ	ごはん ハマチの照焼 焼きそば ポテトサラダ	ごはん ビーフステーキオイス 軸付きカットコーン タコのマリネ ウインナースープ	ハヤシライス 福神漬 サラダ・ワッフル 牛乳orコーヒースト	ごはん 豚カツ マカロニソテー 酢物 コンソメスープ	ごはん タンドリーチキン 五目煮 辛し和え	炊き込みごはん きつねうどん 茶碗蒸し
夕	ごはん 鶏肉のホイロ焼き もやしのじゃこ煮 豆腐のそぼろあん包み	ごはん 水餃子 盛り合わせ	ごはん 豚しゃぶ ひじき煮 フライ 若布スープ	ごはん 鶏肉のピカタ フライドポテト 韓国風和えもの	ごはん・ふりかけ 焼きうどん 盛り合わせ	ごはん 鮭のバター醤油焼き ふんわり豆腐ハンパ 棒々鶏 豚汁	ごはん 肉じゃが 盛り合わせ
	18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
朝	お茶漬 牛乳 盛り合わせ (つくねの照り焼き)	メロンパン 牛乳 サラダ(オムレツ) コンソメスープ	ごはん 韓国風すいとん汁 牛乳 盛り合わせ(炒り卵)	食パン 牛乳 サラダ(ジャーマンポテ 中華スープ	ごはん 味噌汁 牛乳 盛り合わせ (納豆・じゃこ天)	ごはん 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(鶏の胡麻)	食パン 牛乳 サラダ(ウインナー) キムチスープ
昼	うな井 清まし汁	ごはん 鶏天 まいたけのチーズ焼き さつまい ぶどう	ごはん カレイのムニエル フライ 煮物 味噌汁	ごはん チキンカレー 福神漬・花らっきょう サラダ・メロンゼリー 牛乳orコーヒースト	ごはん 和風ハンバーグ ペペロンチーノ 粉ふきいも コンソメスープ	ごはん 豚肉の竜田揚げ 大根のやわらか煮 酢物 春雨スープ	若布ごはん 味噌ラーメン 盛り合わせ
夕	ごはん・ふりかけ クリームシチュー 盛り合わせ	ごはん 麻婆豆腐 盛り合わせ	ごはん ポークチャップ エビチリ 海藻サラダ	ごはん お好み焼き ホタテの韓国味噌バ 炒り鶏	ごはん 鶏肉の和風ロースト エビニラ饅頭 中華炒め	ごはん 鮭のチーズ焼き 牛味噌炒め サラダ	ごはん ササミのアーモンドフライ プチオムライス 三色胡麻和え
	25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
朝	ごはん 味噌汁 牛乳 盛り合わせ (牛照りバーグ)	調理パン 牛乳 ヨーグルト バナナ・オレンジ コンソメスープ	ごはん 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(鮭)				
昼	他人井 清まし汁	ごはん ミートスパゲティ 盛り合わせ	ごはん キムチ入りチゲ鍋 盛り合わせ				
夕	ごはん 回鍋肉 筑前煮 フライ	豚肉丼 清まし汁 雪見大福	チキンライス コンソメスープ プリン				