

献立予定表(7月度)

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	7月1日	7月2日	7月3日	7月4日	7月5日	7月6日	7月7日
朝食	2色パン(チョコ&クリーム)	ごはん	ごはん	ホットドッグ	ごはん	チーズ蒸しパン	ごはん
	ごはん	納豆	バーロール	ごはん	クリームパン	食パン	
	ボテカッパグラタン	温泉卵	ウインナー	フルーツポンチ	納豆	肉団子と野菜のスープ	焼きつくね
	コンソメスープ	豚汁	ミニハンバーグ	中華スープ	照り焼きチキン	牛乳	キムチスープ
	ヨーグルト	ゼリー	味噌汁	牛乳	味噌汁	牛乳	キウイ
	牛乳	牛乳					牛乳
	640	923	805	464	832	634	897
昼食	ホイコーロー丼	ごはん	ごはん	夏野菜カレー	ごはん	タコめし	食育 七夕
	漬け物	カルボナーラ	白身魚の焼肉ソース	サラダバイキング	豚肉のネギ塩焼き	天ぷら盛り合わせ	ごはん
	卵スープ	チキンナゲット	野菜炒め	デザート	じゃが芋の煮物	ほうれん草の卵とじ	そうめん
	付け野菜	みかん缶	牛乳		胡瓜の酢物	スイカ	ミニハンバーグ
		ジュース	ワンタンスープ				星の杏仁フルーツ
							ふりかけ
	1199	1413	926	1081	1058	1428	1200
夕食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	カレー鍋	鶏肉のサルサソース	煮込みハンバーグ	水餃子	和風唐揚げ	豚ロースの照り焼き	鮭のフライ(タルタルソース)
	うどん	白菜とベーコンのコンソメ煮	野菜のグラッセ	串カツ	レタスの卵炒め	大根の煮物	豚肉ともやしの炒め物
	サラダバイキング	ごぼうサラダ	海藻サラダ	付け野菜	オレンジ	ミニトマト	大根サラダ
	デザート						
	1272	1169	1030	1126	1211	969	1177
	麺力ロリー	3111	3505	2761	2671	3101	3031
夜食	てりやきバーガー	カレーライス	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼	カツサンド	きつねうどん	豚肉の焼肉丼
	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日	7月12日	7月13日	7月14日
	チヨコチップメロンパン	ごはん	ごはん	きな粉トースト	おにぎり	ホワイトデニッシュヨコラ	ごはん
	ごはん	鮭の塩焼き	バーロール	豚汁	ゼリー	ピーフシチュー	食パン
	ハッシュドポテト	ウインナー	納豆	スコッチャッピング	牛乳	味噌汁	つくねチーズ
	コーンスープ	けんちん汁	だし巻き卵	中華スープ	牛乳	フルーツ	牛乳
	ヨーグルト	牛乳	味噌汁	牛乳			
朝食	牛乳	696	676	661	514	579	779
昼食	中華丼	ごはん	ところごはん	カツカレー	ごはん	ごはん	ごはん
	漬物	豚肉と卵の炒め物	魚の照り焼き	サラダバイキング	ダブルハンバーグ	グラタン	冷やし中華
	中華スープ	茄子とさつま揚げの塩煮	肉じゃが	デザート	フライドポテト	フライドチキン	揚げ餃子
	パイント缶		ほうれん草の和え物	牛乳	スペゲッティサラダ	わかめスープ	ふりかけ
						コーンスープ	
		958	1258	987	1262	1090	1147
	麺力ロリー	1188	826	1273	1300	1183	1129
夕食	2842	2760	2921	3076	2852	3055	2844
	てりやきバーガー	カレーライス	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼	カツサンド	きつねうどん	豚肉の焼肉丼
	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日	7月19日	7月20日	7月21日
	バイキング	ごはん	ごはん	ベーコントースト	ごはん	揚げパン	モーニングカレー
	チキンナゲット・ミニアメリカンドッグ	納豆	バーロール	ごはん	あんパン	食パン	
	ウインナー・だし巻き卵	温泉卵	豆腐と豚肉の旨煮	フレーツポンチ	温泉卵	ボトフ	漬物
	サラダバイキング・味噌汁	豚汁	フルーツ	コンソメスープ	牛乳	味噌汁	牛乳
朝食	ゼリー	牛乳					
昼食	828	784	809	571	768	531	994
	ビビンバ丼	ごはん	わかめごはん	チキンカレー	ごはん	オムライス	ごはん
	温泉卵	ミートスパゲッティ	サバの味噌煮	サラダバイキング	包み焼きハンバーグ	チキンのパン粉焼き	ぶっかけうどん
	中華スープ	エビフライ	すき焼き風煮物	デザート	ジャーマンポテト	付け野菜	磯辺揚げ
	付け野菜	タコキムチ	牛乳	牛乳	カルサラバイキング	わかめスープ	ふりかけ
	ジュース		すまし汁		ゼリー		
夕食	973	1048	1252	1177	1097	814	1083
朝食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	郷土料理 沖縄	ごはん
	ミニストローネ	からあげ	クリームシチュー	ちゃんこ鍋	とんかつ	魚の揚げ浸け	
	コーンロッケ	五目煮	肉じゃがコロッケ	ミニ肉まん	さつま芋の甘煮	豚の角煮	肉じゃが
	付け野菜	バナナ	付け野菜	付け野菜	山芋の梅肉和え	ゴーヤチャンプル	ほうれん草の胡麻和え
						もずくスープ	味噌汁
						バインゼリー	
	1084	1237	1193	1117	1113	1725	1090
夜食	2885	3069	3254	2865	2978	3070	3167
	てりやきバーガー	カレーライス	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼	カツサンド	きつねうどん	豚肉の焼肉丼
	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日	7月26日	7月27日	7月28日
	フルーツグラノーラ	鮭茶漬け	ごはん	フレンチトースト	ごはん	カレーパン	ごはん
	ごはん	漬物	バーロール	ごはん	穀物ロール	食パン	
	アメリカンドッグ	ミートボール	温泉卵	ジャーマンポテト	納豆	クリームシチュー	目玉焼き
	中華スープ	牛乳	さつま揚げ	コンソメスープ	牛乳	味噌汁	フルーツ
朝食	ヨーグルト	牛乳			牛乳		牛乳
昼食	642	724	643	504	780	659	661
	親子あんかけ丼	ごはん	ごはん	ポークカレー	ごはん	ごはん	ごはん
	漬物	チンジャオロース	チキンカツ	サラダバイキング	サバの塩焼き	ホイコーロ	鶏薬味そうめん
	味噌汁	大学芋	餅巾着	デザート	肉豆腐	ごま団子	天ぷら
		中華和え	辛し和え	牛乳	白菜とカニカマの和え物	ハムと胡瓜の和え物	ふりかけ
					かき玉汁		
夕食	1004	1148	1782	1296	1097	1312	1041
朝食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	鶏飯	ハヤシライス
	グリルチキン	焼きそば	魚の天ぷら	麻婆豆腐	鶏肉の野菜あん	メンチカツ	デザート
	レンコンの炒め物	軟骨の唐揚げ	南瓜のそぼろ煮	春巻き	切干大根の煮物	付け野菜	サラダバイキング
	マカロニサラダ	海藻サラダバイキング	小松菜の和え物	付け野菜	オレンジ		
			味噌汁				
	1237	1066	861	1196	1128	1009	1146
夜食	2883	2938	3286	2996	3005	2980	2848
	てりやきバーガー	カレーライス	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼	カツサンド	きつねうどん	豚肉の焼肉丼
	7月29日	7月30日	7月31日				
	ホットケーキ	ごはん	ごはん				
	ごはん	納豆	バーロール				
	フランクフルト	温泉卵	チゲ鍋				
	ボーテージ	けんちん汁	フルーツ				
朝食	ヨーグルト	牛乳	牛乳				
昼食	牛乳	549	775	906			
	そぼろ丼	ごはん	ごはん				
	漬物	和風パスタ	豚肉の生姜焼き				
	味噌汁	かぼちゃコロッケ	金平ごぼう				
		付け野菜	黄桃缶				
		ジュース					
夕食	1177	1055	1165				
朝食	ごはん	ごはん	ごはん				
	ボトフ	アジの南蛮漬け	照り焼きチキン				
	チキンのオーブン焼き	肉じゃが	ひじき煮				
	付け野菜	ミニトマト	ゆかり和え				
		味噌汁					
	1103	1035	1110				
夜食	2829	2865	3181	U	U	U	0
	てりやきバーガー	カレーライス</					