

# 平成30年7月献立表(前半)

		主食	主菜	副菜	汁物	その他
1	朝	ご飯	納豆	ひじきの煮物	みそ汁	-
	昼	ナポリタンスパゲッティ		コンビネーションサラダ	野菜スープ	ジョア
	夕	ご飯	豚肉のオイスター炒め	春雨サラダ	中華スープ	杏仁豆腐
2	朝	ご飯	肉じゃが	青菜とコーンのソテー	野菜スープ	-
	昼	ご飯	シイラの竜田揚げ	豆まめマメサラダ	みそ汁	牛乳
	夕	ご飯	蒸し鶏の香味ソース	にんじんサラダ	野菜スープ	マンゴープリン
3	朝	ご飯	ウインナーソテー	筑前煮	野菜スープ	-
	昼	ご飯	麻婆ナス	切り干し大根のナムル	中華スープ	メロン/牛乳
	夕	ご飯	鶏肉のはちみつレモン焼き	かぼちゃサラダ	野菜スープ	チョコプリン
4	朝	バタートースト	スクランブルエッグ	-	野菜スープ	カップヨーグルト
	昼	さくらご飯	黒はんぺんのチーズフライ	抹茶ポテトサラダ	みそ汁	牛乳
	夕	ご飯	チキンソテー	バターボン酢ソース	小松菜とえのきのツナマヨ和え	野菜スープ
5	朝	ご飯	炒り豆腐	きんぴらごぼう	みそ汁	-
	昼	ご飯	鶏の南蛮漬け	キャベツのおかか和え	みそ汁	牛乳
	夕	ご飯	シイラのトマトソース	パリパリサラダ	野菜スープ	クリームチーズゼリー
6	朝	ご飯	目玉焼き	白滝のきんぴら	みそ汁	-
	昼	七夕そうめん/ちくわの磯部揚げ		小松菜とコーンのサラダ	-	七夕ゼリー/牛乳
	夕	ご飯	青椒肉絲	もやしのナムル	中華スープ	ココナッツミルクプリン
7	朝	パン	ジャーマンポテト	キャベツのクリーム煮	-	ジョア
	昼	プルコギ丼		青菜のナムル	わかめスープ	みかん寒
	夕	ご飯	カジキの幽庵焼き	青菜のおひたし	みそ汁	カップヨーグルト
8	朝	ご飯	ハムピカタ	炒めなます	みそ汁	-
	昼	ソース焼きそば		キャベツの塩昆布和え	ワンタンスープ	フルーツ寒
	夕	ご飯	アジフライ	ポテトサラダ	野菜スープ	アセロラゼリー
9	朝	ご飯	焼き鮭	筑前煮	みそ汁	-
	昼	セルフフィッシュバーガー		カラフルマリネ	野菜スープ	牛乳
	夕	ご飯	鶏肉の和風おろしソース	じゃこサラダ	みそ汁	ブラマンジェ イチゴソース
10	朝	ご飯	ベーコンエッグ	青菜ときのこの炒め物	みそ汁	-
	昼	他人丼		青菜の磯部和え	みそ汁	牛乳
	夕	ご飯	白身魚のフライ	きのこサラダ	みそ汁	黒ゴマプリン
11	朝	ご飯	鮭の塩焼き	五目豆	みそ汁	-
	昼	ピロシキ	ヨージキ	ロシアンサラダ	ボルシチ	牛乳
	夕	ご飯	豚のみそ漬け焼き	揚げだし豆腐	みそ汁	抹茶プリン
12	朝	ご飯	スクランブルエッグ	-	野菜スープ	ジョア
	昼	ご飯	シイラの香味ダレ	青菜のおかか和え	みそ汁	冷凍みかん/牛乳
	夕	ご飯	油淋鶏	大根と水菜のさっぱりサラダ	中華風卵スープ	杏仁豆腐
13	朝	ご飯	ハムピカタ	ジャーマンポテト	野菜スープ	-
	昼	ご飯	鮭のバター照り焼き	小松菜とツナのサラダ	みそ汁	牛乳
	夕	ご飯	豚肉のオイスター炒め	コーンサラダ	中華スープ	抹茶寒
14	朝	テイクアウト				
	昼	お茶漬け		鶏と大根の煮物	-	黒ゴマプリン
	夕	ご飯	いかと野菜の辛味炒め	もやしのごま酢和え	中華スープ	バニラミルクプリン
15	朝	ご飯	厚焼き玉子	筑前煮	みそ汁	-
	昼	鶏飯		ナスのみそ炒め	すまし汁	黄桃寒
	夕	ご飯	白身魚のごまマヨネーズ焼き	にんじんサラダ	みそ汁	オレンジゼリー

※献立は、食材等の都合により変更する場合があります。