

令和元年 7月予定献立

		主食	主菜	副菜	汁物	その他	
1	月	朝	ご飯	炒り鶏	青菜の煮浸し	みそ汁	-
		昼	ご飯	シシャモフライ	すき煮風きんぴら	みそ汁	牛乳/オレンジ
		夕	ご飯	肉野菜炒め	コーンサラダ	みそ汁	マンゴープリン
2	火	朝	ご飯	目玉焼き	青菜と春雨の炒め物	みそ汁	-
		昼	夏野菜ミートソース		大根サラダ	野菜スープ	牛乳
		夕	ご飯	鮭の竜田揚げ	もやしとわかめのナムル	すまし汁	抹茶プリン
3	水	朝	バタートースト	スクランブルエッグ	-	野菜スープ	飲むヨーグルト
		昼	ご飯	ホキの揚げおろし煮	青菜のナムル	オクラともずくのスープ	牛乳/冷凍パイン
		夕	七夕縁日メニュー(焼きそば/フランクフルト/焼きトウモロコシ/豚汁/アセロラゼリー)				
4	木	朝	ご飯	ソーセージと野菜ソテー	大根のそぼろ煮	みそ汁	-
		昼	ご飯	鶏の照り焼き	小松菜とえのきのお浸し	ごまみそ汁	牛乳
		夕	ご飯	白身魚のフライ	茄子とピーマンの味噌炒め	わかめスープ	ミルクプリン イチゴソース
5	金	朝	ご飯	納豆	肉じゃが	みそ汁	-
		昼	七夕そうめん		海鮮かき揚げ	じゃこサラダ	牛乳/七夕ゼリー
		夕	ご飯	鶏野菜炒め	ゆかり和え	中華風卵スープ	黒ゴマプリン
6	土	朝	ご飯	ハムと野菜のチーズ焼き	ひじきの煮物	みそ汁	-
		昼	五目炒飯		揚げ焼売	中華スープ	牛乳
		夕	ご飯	たらのスイートチリソース	青菜のお浸し	みそ汁	ココナッツミルクプリン
7	日	朝	ご飯	豚肉と小松菜の卵とじ	切干大根の煮物	みそ汁	-
		昼	プルコギ丼		10品目サラダ	酸辣湯	バナナババロア
		夕	ご飯	鮭のマッシュポテト焼き	ツナサラダ	野菜スープ	アセロラゼリー
8	月	朝	パン	ベーコンエッグ	白菜のクリーム煮	-	ジョア(ピーチ)
		昼	ご飯	キャベツ入りメンチかつ	おかか和え	みそ汁	牛乳/プラム
		夕	ご飯	シイラのごまマヨ焼き	もやしとニラの和え物	すまし汁	パイン寒
9	火	朝	ご飯	青菜と豆腐のピリ辛炒め	信田煮	みそ汁	-
		昼	ご飯	鯖の味噌煮	春雨とわかめの酢の物	かきたま汁	牛乳
		夕	ご飯	鶏肉のハニーマスタード焼き	じゃこ青菜のサラダ	ワンタンスープ	ヨーグルトプリン
10	水	朝	ご飯	ホッケの一夜干し	青菜と春雨の炒め物	みそ汁	-
		昼	冷やし中華		春巻き	カラフルナムル	牛乳/スイカ
		夕	ご飯	豚肉のシャリアピンソース	シーザーサラダ	野菜スープ	メープルプリン
11	木	朝	ご飯	目玉焼き	人参しりしり	みそ汁	-
		昼	ご飯	鶏と高野豆腐の揚げ煮	マカロニサラダ	中華風卵スープ	牛乳
		夕	ご飯	いわしのフライ	青菜のさっぱり梅和え	けんちん汁	ミルクプリン 黄桃ソース
12	金	朝	ご飯	厚焼き玉子	かみかみふりかけ	みそ汁	-
		昼	パン	鮭のラタトゥイユソース	茹でとうもろこし	クラムチャウダー	チョコプリン
		夕	ご飯	回鍋肉	ミモザサラダ	中華スープ	練乳ミルクプリン
13	土	朝	テイクアウト(スイートクリームチーズパン/タラモロール/ゆで卵/牛乳)				
		昼	ほうれん草とチキンのクリームスパゲティ		パリパリサラダ	野菜スープ	カフェオレプリン
		夕	ご飯	カジキの幽庵焼き	塩昆布和え	みそ汁	黒蜜きな粉プリン
14	日	朝	ご飯	炒り豆腐	きんぴらごぼう	みそ汁	-
		昼	ハッシュドビーフ		グリーンサラダ	野菜スープ	ジョア(ブルーベリー)
		夕	ゆかりご飯	手作りさつま揚げ	豆まめマメサラダ	みそ汁	フルーツ寒
15	月	朝	ご飯	ハムピカタ	ジャーマンポテト	みそ汁	-
		昼	ご飯	油淋鶏	わかめのナムル	春雨スープ	オレンジゼリー
		夕	ご飯	鱈の南蛮漬け	スパゲティサラダ	かきたま汁	小豆ミルクプリン

※献立は、都合により変更する場合があります。