

# 7月献立

日付			07月01日(水)	07月02日(木)	07月03日(金)	07月04日(土)	07月05日(日)
朝	※ 仕入れの都合や、業務の都合上などで、変更になることがありますので、ご了承ください		御飯 切干大根の煮物 キャベツとツナのサラダ ふいかけ(たまご) みぞ汁(玉葱) 牛乳	御飯 かぶとつみれの煮物 卯の花 ふいかけ(たらこ) みぞ汁(さといも) 牛乳	パン 白菜のコンソメ煮 ポテトサラダ クリームスープ 牛乳	御飯 オムレツ 青梗菜のおひたし ふいかけ(かつお) みぞ汁(豆腐) 牛乳	御飯 筑前煮 青菜の和え物 ふいかけ(さけ) みぞ汁(玉葱) 牛乳
昼			御飯 チキン南蛮 がんもの煮物 デザートムース かき玉汁	おにぎり かきあげうどん つゆ 小松菜のお浸し フルーツヨーグルト	麦ごはん 鶏肉の玉葱ソース ごぼうサラダ フルーツ缶(黄桃) みぞ汁(卵)	御飯 たらの野菜あんかけ 酢の物 フルーツ缶(りんご) コンソメスープ(しめじ)	御飯 豚肉のボン酢炒め ピーマン炒め フルーツ缶(ミカン) みぞ汁(牛蒡)
おやつ			きみしぐれ	和のハンケーキ(抹茶)	どう焼き(ずんだ)	ココアワッフル	もみじまんじゅう
夕			御飯 かれいの生姜焼き 肉じゃが オクラのボン酢和え 梅干し	御飯 豚肉の塩焼炒め かぼちゃのどぼろ煮 冷奴 煮豆	御飯 赤魚の味噌煮 切干大根の炒り煮 夏野菜サラダ 香の物(沢庵)	御飯 豚しゃぶ さつまいもと昆布の煮物 ほうれん草の和え物 漬物(しぼ漬)	御飯 さばの利休煮 なすのごま味噌煮 千ヶん菜といかの和え物 こんぶ豆
日付	07月06日(月)	07月07日(火)	07月08日(水)	07月09日(木)	07月10日(金)	07月11日(土)	07月12日(日)
朝	御飯 じゃが芋とツナの炒め物 菜の花の和え物 ふいかけ(しそ) みぞ汁(しろな) 牛乳	パン 野菜炒め マカロニサラダ トマトスープ 牛乳	御飯 がんもの煮物 インゲンごま和え ふいかけ(たまご) みぞ汁(青菜) 牛乳	御飯 ほうれん草のしらす炒め 豆の胡麻和え ふいかけ(たらこ) みぞ汁(厚揚げ) 牛乳	パン 厚焼き卵 大根サラダ コンソメスープ(ジャガイモ) 牛乳	御飯 冬瓜のくず煮 ほうれん草の白和え ふいかけ(かつお) みぞ汁(しろな) 牛乳	御飯 南瓜の煮付け コールスロー ふいかけ(さけ) みぞ汁(白菜) 牛乳
昼	御飯 おじのみりん焼き ほうれん草の辛子マヨ和え フルーツ缶(ハイン) お吸い物(冬瓜)	おにぎり 冷やしとうめん つけつゆ なすのどぼろ煮 七夕ゼリー	御飯 焼き肉風 カリフラワーの中華和え 和梨ゼリー 中華スープ(えのき)	御飯 鶏肉のバジルソース焼き 里芋の煮ころかし フルーツ缶(洋梨) お吸い物(とろろ昆布)	御飯 さわらの煮付け あさりと青菜の酢みぞ和え フルーツ缶(ハイン) お吸い物(つみれ)	御飯 豚しゃぶ ほうれん草のごま和え グレーゼリー 赤だし汁(玉葱)	麦ごはん たらのムニエル 夏野菜のトマト煮 フルーツ缶(キウイMIX) コンソメスープ(じゃが芋)
おやつ	カステラ	水まんじゅう(ゆず)	焼きドーナツ	☆水ようかん	カスタードケーキ	酒饅頭	スイスロール
夕	御飯 鶏肉のチーズソースかけ いーと野菜のソテー 白菜の和え物 漬物(つぼ漬)	御飯 和風ハンバーグ(星) 高野豆腐の煮物 かぼちゃのサラダ 漬物(しその実)	御飯 中華卵焼き 冬瓜の土佐煮 千ヶん菜の中華和え 漬物(青しその実漬)	御飯 ぶりの塩焼き さつまいもの煮物 海草サラダ 香の物(さくら大根)	御飯 肉団子のあんかけ れんごんの炒り煮 ブロッコリーのごま和え 煮豆(うぐいす豆)	御飯 さばの漬焼 卯の花 オクラの和え物 梅干し	御飯 鶏肉の山椒煮 千ヶん菜とちくわの炒め物 大根サラダ 煮豆
日付	07月13日(月)	07月14日(火)	07月15日(水)	07月16日(木)	07月17日(金)	07月18日(土)	07月19日(日)
朝	御飯 かぶの煮物 菜の花湯葉和え ふいかけ(しそ) みぞ汁(青菜) 牛乳	パン ミートボール 人参しりしりのサラダ コンソメスープ(小松菜・椎茸) 牛乳	御飯 スクランブルエッグ ブロッコリーの胡麻和え ふいかけ(たまご) みぞ汁(冬瓜) 牛乳	御飯 豆腐の炒り煮 青菜のおひたし ふいかけ(たらこ) みぞ汁(かぶ) 牛乳	パン 野菜のトマト煮 大根サラダ コンソメスープ(白菜) 牛乳	御飯 ひじきの煮物 青菜のマヨ和え ふいかけ(かつお) みぞ汁(厚揚げ) 牛乳	御飯 一口がんもの煮物 インゲン胡麻和え ふいかけ(さけ) みぞ汁(青菜) 牛乳
昼	おにぎり 塩焼きそば きゅうりとカリフラワーの酢の物 フルーツヨーグルト	御飯 カレイの香味焼き 甘辛煮 フルーツ缶(黄桃) みぞ汁(豆腐)	御飯 ミートローフ マカロニサラダ フルーツ缶(マンゴー) コンソメスープ(青菜)	御飯 白身魚の揚げおろし煮 千ヶん菜の和え物 ヒタミゼリー みぞ汁(卵)	御飯 鶏のムニエル トマトソースかけ ブロッコリーのトレンジング和え フルーツ缶(ハイン) コンソメスープ(じゃが芋)	麦ごはん ぶりの生姜煮 冬瓜のくず煮 フルーツ缶(黄桃) みぞ汁(さつまいも)	おにぎり 肉みそうどん(汁なし) 天ぷら盛り合わせ フルーツ缶(洋梨)
おやつ	蒸しパン(フレーン)	練り切り(水紋)	上用饅頭(赤)	ハアクリームワッフル	☆ココロゼリー	どらやき(抹茶あん)	レモンケーキ
夕	御飯 白身魚のみそ焼き ひじきの煮物 さつまいもサラダ 漬物(千切沢庵)	御飯 鶏肉の和風ソースかけ キャベツのクリーム煮 春雨の酢の物 うぐいす豆	御飯 ひらすの七味焼き だいごんのかにあんかけ 白菜のお浸し 白花豆	御飯 豚肉のごまみそ炒め イカと里芋の煮物 オクラのおかか和え 香の物(さくら大根)	御飯 ほったけのねぎボン酢焼き ごぼう炒め 青梗菜の中華和え 昆布豆	御飯 豚肉の塩炒め かぼちゃの煮物 もずく酢 香の物(沢庵)	御飯 メルソーのマスタード焼き だいごんの鳴門煮 オクラのなめだけ和え 白花豆
日付	07月20日(月)	07月21日(火)	07月22日(水)	07月23日(木)	07月24日(金)	07月25日(土)	07月26日(日)
朝	御飯 千ヶん菜の中華煮 白菜の和え物 ふいかけ(しそ) みぞ汁(じゃがいも) 牛乳	パン オムレツ 野菜サラダ(トレンジング和え) オニオンスープ 牛乳	御飯 だいごんの炒め物 白和え ふいかけ(たまご) みぞ汁(厚揚げ) 牛乳	御飯 サツマイモのレモン煮 白菜のしそ風味和え ふいかけ(たらこ) みぞ汁(ほうれん草) 牛乳	パン ジャーマンポテト 小松菜のツナ和え コンソメスープ 牛乳	御飯 ビーマンとさつまいもの煮物 オクラおかか和え ふいかけ(かつお) みぞ汁(玉葱) 牛乳	御飯 ごろごろ煮(高野) ブロッコリーの胡麻和え ふいかけ(さけ) みぞ汁(だいごん) 牛乳
昼	御飯 ひらすの塩焼炒め 小松菜とさつまいもの炒め物 ピーチゼリー みぞ汁(厚揚げ)	御飯 親子煮 ブロッコリーのオニオン炒め フルーツ缶(ハイン) お吸い物(とろろ昆布)	御飯 豚肉の甘辛炒め キャベツの塩昆布和え フルーツ缶(りんご) かき玉汁	御飯 赤魚のおろし煮 なすのボン酢和え フルーツ缶(みかん缶) みぞ汁(豆腐)	ひき肉と豆のカレー 盛り合わせサラダ ヨーグルト和え(マンゴー) 香の物(福神漬)	御飯 海老のふくさ卵 焼ききょうざ フルーツ缶(カクテル) 中華スープ(春雨)	麦ごはん さわらの山椒煮 オクラとみょうがの和え物 フルーツ缶(りんご) みぞ汁(たまねぎ)
おやつ	味噌饅頭	ドーナツケーキ(カスタード)	黒糖饅頭	☆ロールケーキ(メロン)	吹雪饅頭	きなこハンケーキ	炭酸饅頭
夕	御飯 スタミナ炒め キキョウ ナムル 漬物(しぼ漬)	御飯 あじの焼き南蛮漬け 煮奴 ひじきサラダ 漬物(しその実)	御飯 カレイの味噌漬焼 さつまいもと油揚げの煮物 小松菜の辛子和え 漬物(桜大根)	御飯 鶏のオニオンソースかけ もやし炒め ごぼうサラダ 漬物(胡瓜 赤)	御飯 さばの照り焼き 冬瓜の煮物 青菜のお浸し 漬物(つぼ漬)	御飯 鶏のムニエル 野菜のトマト煮 白菜のコマシ和え 香の物(沢庵)	御飯 豚肉のねぎ塩炒め 厚揚げと野菜のくず煮 野菜サラダ 梅干し
日付	07月27日(月)	07月28日(火)	07月29日(水)	07月30日(木)	07月31日(金)		
朝	御飯 鶏団子の煮物 オクラの湯葉和え ふいかけ(しそ) みぞ汁(白菜) 牛乳	パン カリフラワーカレー炒め ほうれん草のトレンジング和え トマトスープ 牛乳	御飯 インゲンと木耳の炒め煮 かぶの浅漬け ふいかけ(たまご) みぞ汁(里芋) 牛乳	御飯 冬瓜の煮物 錦糸和え ふいかけ(たらこ) みぞ汁(じゃが芋) 牛乳	パン 卵とじ マカロニサラダ コンソメスープ(きのこ) 牛乳		
昼	御飯 豚の甘辛煮 豆腐チャンプル フルーツ缶(洋梨) みぞ汁(卵)	御飯 ほったけの塩焼き さといもの煮物 フルーツ缶(白桃) みぞ汁(豆腐)	ちらし寿司 天ぷら(盛り合わせ) フルーツ缶(すいか) 茶そば	御飯 彩り揚げ豆腐 いんげんのピーナツ和え フルーツ缶(黄桃) みぞ汁(さといも)	御飯 回鍋肉 カリフラワーのトレンジングかけ フルーツ缶(オレンジ) 中華スープ(千ヶん菜)		
おやつ	蒸しパン(チョコチップ)	かすてら饅頭	★夏祭り★	チョコレート饅頭	シュークリーム		
夕	御飯 たらの甘酢あんかけ さつまいもの甘煮 青菜のごま醤油和え 漬物(赤しその実漬)	御飯 牛肉コロッケ 冬瓜のツナ煮 カリフラワーのイタリアンサラダ 煮豆	御飯 白身魚のムニエル 金平ごぼう 玉葱とトマトのボン酢和え 漬物(胡瓜 青)	御飯 ハンバーグの野菜トマトソースかけ 切干大根の炒り煮 千ヶん菜の和え物 香の物(さくら大根)	御飯 かれいの梅肉焼き 白菜の煮浸し さつまいものサラダ 煮豆(うぐいす豆)		