

献立表

7 月

日	月	火	水	木	金	土					
7	8	9	10	11	12	13					
1	ごはん みそ汁 焼魚 ふきの炒り煮 漬物	2	ごはん みそ汁 ロールキャベツ 刻み芋 北奇サラダ	3	みそ焼おにぎり せんべい汁 かぼちゃサラダ 漬物	4	えび玉あんかけ丼 みそ汁 和えもの 漬物	5	冷やし中華 フルーツあんみつ	6	ごはん みそ汁 焼魚 春雨炒め 漬物
7	ごはん みそ汁 ハンバーグ マカロニシーチキン 漬物	8	わかめごはん みそ汁 おでん ジャンボシューマイ 漬物	9	ごはん みそ汁 五目炒め 酢みそ和え 漬物	10	冷やしそば かぼちゃコロッケ デザート	11	サンドイッチ ポトフ トマト ジュース	12	ごはん みそ汁 豚肉の生姜焼 おろし和え 漬物
14	チキンライス ポタージュースープ 中華春雨	15	かき揚げ みそ汁 トーフサラダ 漬物	16	冷やしうどん クリームコロッケ デザート	17	ごはん みそ汁 オムレツ 山菜の煮つけ 漬物	18	ごはん みそ汁 焼魚 すき焼風煮 漬物	19	カレーライス 野菜サラダ デザート
21	しらす温玉丼 みそ汁 あんかけ揚げトーフ 漬物	22	いなり寿し 冷やしミニそうめん かぼちゃの含め煮 デザート	23	ごはん ごぼう汁 焼魚 ひじきの炒り煮 漬物	24	ごはん みそ汁 煮魚 茄子炒め 漬物	25	ごはん みそ汁 チキンステーキ ポテト明太子 漬物	26	えびフライ卵とじ丼 みそ汁 トマトサラダ 漬物
28	焼そば わかめスープ 海鮮ぎょうざ ミニサラダ デザート	29	ごはん みそ汁 焼魚 炊き合わせ 漬物	30	炊き込みごはん みそ汁 信田袋煮 おひたし 漬物	31					