

(7~8月) 週間予定献立表

	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)	1日(金)	2日(土)	3日(日)
朝	ご飯 味噌汁 魚の藻塩焼き 落と油揚げの煮物 山形だし 牛乳	ご飯 味噌汁 肉団子と春雨煮 わらびのお浸し うぐいす豆 牛乳	ご飯 味噌汁 筑前煮 わかめと蟹カマ中華和え だし入りとろろ 牛乳	ご飯 味噌汁 チーズオムレツ 大根とルッコラサラダ キャロットラペ 牛乳	ご飯 味噌汁 メヌケの土佐煮 みかん入りなます 長芋のめかぶ和え 牛乳	ご飯 味噌汁 塩豚肉じゃが 生姜と大豆のそぼろ煮 たたきごぼう 牛乳	ご飯 味噌汁 ミートインオムレツ 白菜コールスロー セロリミックス 牛乳
昼	ご飯 スープ 青椒肉絲 ナムル 香の物 果物	ご飯 味噌汁 鱈のムニエルタルタル 冬瓜のそぼろあん 香の物 果物	ご飯 味噌汁 牛肉のすき焼き風煮 三色冷ややっこ 香の物 果物	うな玉丼 山菜温麺汁 豆腐チャンプルー もずく酢 果物	ご飯 野菜スープ タンドリーチキン 茄子焼き浸し 香の物 果物	冷やしうどん 茄子のそぼろ煮 冷ややっこ 果物	ご飯 わかめスープ 豚肉のトマトクリーム煮 リヨネーズポテト 香の物 果物
夕	ご飯 味噌汁 焼き魚(鯰) 夏野菜炒めなます 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉の味噌煮 二色浸し 香の物	ご飯 味噌汁 煮魚(鯿) 塩バター肉じゃが 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉のボン酢煮 夏野菜カレー炒め 香の物	ご飯 味噌汁 鰯の煮つけ 焼きビーフン 香の物	ご飯 味噌汁 豚しゃぶ 春雨サラダ 香の物	ご飯 味噌汁 赤魚の南部焼 夏野菜のチャンプルー 香の物

(7月) 週間予定献立表

	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	10日(日)
朝	ご飯 味噌汁 鶏肉の西京焼き チョレギサラダ なめたけおろし 牛乳	ご飯 味噌汁 具沢山野菜ポトフ ラタトゥイユ かにかまと玉葱サラダ 牛乳	ご飯 味噌汁 つくねの煮物 茄子の山椒煮 もやし梅和え 牛乳	ご飯 味噌汁 高野豆腐小海老あん からし菜お浸し ひきわり納豆 牛乳	ご飯 味噌汁 鶏肉と切昆布旨煮 竹輪とピーマン金平 だし入りとろろ 牛乳	ご飯 味噌汁 お魚ザンギ野菜あんかけ 若布かにかま中華和え うぐいす豆 牛乳	ご飯 味噌汁 お麩のオニオンスープ シェルマカロニサラダ いんげんと人参のソテー 牛乳
昼	ご飯 なめこ豚汁 焼き魚(甘塩鮭) 夏野菜の煮しめ 香の物 果物	ご飯 ワンタンスープ 鶏肉の柚子胡椒焼き ポテトサラダ 香の物 果物	ご飯 塩豚汁 カジキの味醂焼き 夏野菜の胡麻和え 香の物 果物	ビビンバ丼 わかめスープ 春雨炒め 香の物 果物	ご飯 かきたま汁 鯖の南蛮漬け 高野豆腐茄子の含め煮 香の物 果物	冷やしたぬきそば 野菜サラダ 煮浸し 果物	ご飯 スープ 罐のラビゴットソース マカロニサラダ 香の物 果物
夕	ご飯 味噌汁 豚肉のしぐれ煮 お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 煮魚(シルバー) 冬瓜と茄子の海老あん 香の物	ご飯 味噌汁 油麩入り肉じゃが おひたし 香の物	ご飯 味噌汁 鰯の味醂焼き 青菜とがんと炊き合わせ 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉のさっぱり煮 麻婆春雨 香の物	ご飯 味噌汁 カレイの甘酢あんかけ 茄子の胡麻和え 香の物	ご飯 味噌汁 ポークチャップ コールスロー 香の物