7月の献立表

月	火	水	木	金
	1	2	3	4
	冷やし中華 里芋のずんだ和え ひじき煮	米飯150ｇ 味噌汁（玉ねぎ、わかめ） 豚しゃぶレモン醤油ダレ かぼちゃ小倉煮	夏野菜たっぷりカレー コンソメスープ トマトときゅうりのポン酢ジュレ 福神漬	クロワッサン コンソメスープ なすとひき肉のホイル蒸し トマトのわさびマヨサラダ
	フルーツシャーベット	蒸しケーキ（モカ）	牛乳寒天	果物
7	8	9	10	11
七夕そうめん 天ぷら盛り合わせ みょうが冷奴 すいか	米飯150ｇ コンソメスープ チーズハンバーグ じゃが芋ガーリックソテー	米飯150ｇ 吸い物（とろろ昆布・長芋） 豚肉の柳川風煮 豆腐ゴマダレがけ	米飯150ｇ 味噌汁（ほうれん草） サバの揚げみぞれ煮 卯の花	ビビンバ丼 わかめスープ 塩キャベツのり和え
七夕ゼリー	ココアプリン	フルーチェ	一口まんじゅう	手作りどら焼き
14	15	16	17	18
米飯150ｇ 吸い物（えのき・ねぎ） コロッケ盛り合わせ ひじきと豆のマヨ和え	みょうがと大葉のスパゲッティ 豆腐のスープ ささみのごまマヨ和え	米飯150ｇ 吸い物（卵麩・かいわれ） ねぎとゆかりの磯辺つくね 和風ポテトサラダ	【ご当地献立：佐賀県】 シシリアンライス（佐賀県） 豆苗のスープ アスパラのごまマヨ和え	天茶づけ（梅・昆布） なす肉巻き蒸し きゅうりとちくわのピリ辛和え
果物シャーベット	パイとチョコ	プリン	果物	水ようかん
21	22	23	24	25
米飯150ｇ 味噌汁（豆腐） カレイの煮付け 茶碗蒸しだしあんかけ	チャーハン 肉団子のスープ 焼き餃子 漬け物（ザーサイ）	米飯150ｇ 味噌汁（じゃがいも・ねぎ） 梅おろしの蒸しつくね 長いもとなめこの和え物	米飯150ｇ 中華風スープ 回鍋肉 豆腐とワカメのサラダ	うなぎ混ぜご飯 吸い物（花麩・ねぎ） なすと肉炒め みょうがの酢の物
一口まんじゅう	ヨーグルト	果物	バナナ蒸しケーキ	フルーツポンチ
28	29	30	31	
米飯150ｇ 味噌汁（えのき） 鶏天（みょうがダレ） ひじきと豆のマヨサラダ	ソース焼きそば 白菜のスープ 海草サラダ 漬物（たくあん）	［　共通料理　］ 豆苗のスープ カリフラワーのツナポン酢 ［　Ａ　］ ロールパン 南瓜のシチュー ［　Ｂ　］ キーマカレー	米飯150ｇ 味噌汁（じゃがいも・わかめ） 鶏すき煮 青菜のごま和え	
果物	蒸しケーキ（バナナ）	みかんヨーグルト	カステラ	