

(6~7月) 週間予定献立表

	30日(月)	7/1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)
朝	ご飯 味噌汁 三角信田煮 からし菜お浸し たたきごぼう 牛乳	ご飯 味噌汁 肉団子と春雨煮 長いものめかぶ和え ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 お魚ザンギの野菜餡かけ 生姜と大豆のそぼろ煮 刻み野沢菜大根 牛乳	ご飯 味噌汁 ベーコンキャベツ玉子炒め ポテトサラダ 青豆のソテー 牛乳	ご飯 味噌汁 鶏肉と切昆布の旨煮 おみ漬け白和え ひきわり納豆 牛乳	ご飯 味噌汁 高野豆腐の小海老あん チョレギサラダ なめたけおろし 牛乳	ご飯 味噌汁 はんぺんの煮物 露と油揚げの煮物 だし入りとろろ 牛乳
昼	豚丼 茸汁 夏野菜の煮込み 香の物 果物	ご飯 温麺汁 鱈の和風ムニエル 茄子の煮びたし 香の物 果物	ご飯 玉子スープ 酢豚 中華風ポテトサラダ 香の物 果物	ご飯 塩豚汁 焼き魚(鱸) ひじきと人参の金平 香の物 果物	ご飯 味噌汁 メンチカツ パプリカの金平 香の物 果物	ご飯 ゴーヤチャンプルー 野菜サラダ 果物	ご飯 味噌汁 鶏肉と茸のケチャップ煮 グリーンサラダ 香の物 果物
夕	ご飯 味噌汁 鱈の照り焼き 胡瓜の油いため 香の物	ご飯 味噌汁 蒸し鶏 南瓜の甘煮 香の物	ご飯 味噌汁 煮魚(赤魚) 茄子炒り 香の物	ご飯 味噌汁 肉豆腐 酢の物 香の物	ご飯 味噌汁 鱈の黄金焼き 煮浸し 香の物	ご飯 味噌汁 牛肉のオイスター炒め 酢の物 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(鱸) 根菜の甘辛炒め 香の物

(7月) 週間予定献立表

	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)
朝	ご飯 味噌汁 彩スクランブルエッグ ラタトゥイユ キャロットラペ 牛乳	ご飯 味噌汁 カレイの煮つけ みかん入りなます 胡瓜めかぶ 牛乳	ご飯 味噌汁 塩豚肉じゃが 笹かまぼこ もやし梅和え 牛乳	ご飯 味噌汁 ウインナーじゃが芋炒め 大根とルッコラサラダ セロリミックス 牛乳	ご飯 味噌汁 薩摩揚げの京風煮 わらびのお浸し ひきわり納豆 牛乳	ご飯 味噌汁 ミートインオムレツ シェルマカロニサラダ いんげんと人参のソテー 牛乳	ご飯 味噌汁 三角厚揚げの和風煮 茄子の山椒煮 長いものめかぶ和え 牛乳
昼	ご飯 味噌汁 鱈の南蛮漬け 夏野菜の白だし煮 香の物 果物	チキンカレー わかめスープ アボカドサラダ 果物	ご飯 味噌汁 かじきのおろしポン酢 春雨炒め 香の物 果物	ご飯 わかめスープ 八宝菜 南瓜とツナのサラダ 香の物 果物	ご飯 味噌汁 鯖の味醂焼き 夏野菜の肉味噌煮 香の物 果物	冷やしそば すまし汁 長いものツナサラダ 果物	ご飯 味噌汁 鮭のムニエル野菜ソース ブロッコリー玉子サラダ 香の物 果物
夕	ご飯 味噌汁 回鍋肉 青菜納豆 香の物	ご飯 味噌汁 シルバーの味醂焼き もやしの野菜炒め 香の物	ご飯 味噌汁 ポークチャップ 蒸し茄子 香の物	ご飯 味噌汁 カレイの甘酢あんかけ ずんだ和え 香の物	ご飯 味噌汁 牛肉じゃが めかぶ和え 香の物	ご飯 味噌汁 鰹の蒲焼 じゃがいものバター煮 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉の生姜煮 榎と人参胡麻和え 香の物