



献立表



	月	火	水	木	金	土
日付	7月1日		7月1日	7月2日	7月3日	7月4日
昼食	<p>こんにちは！栄養科です。 7月に入り夏本番を迎えます。 暑さ対策をしっかり行い、 元気に夏を過ごしましょう！ 今月のイベント食は、夏メニュー 七タメニュー、栄養科イチオシ メニュー、土用の丑メニュー を用意しています。お楽しみに！</p>		<p>7月1日</p> <p>梅しらすごはん 味噌汁 サバの酒蒸し 大豆の甘辛炒め 塩まんじゅう</p>	<p>7月2日</p> <p>【デ 他外】 A.パン/B.ごはん コンソメスープ タラの デミグラスソースがけ マカロニソテー キウイフルーツ</p>	<p>7月3日</p> <p>麻婆丼 中華スープ れんこんの オイスター炒め マンゴーゼリー</p>	<p>7月4日</p> <p>ポークカレー コンソメスープ ブロッコリーソテー 生野菜シーザーサラダ</p>
日付	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日
昼食	<p>ごはん 味噌汁 サワラの幽庵焼き なすと蒸し鶏の 炒め物 カステラ</p>	<p>【七タメニュー】 七タそうめん コロッケ ラタトゥイユ メロンゼリー</p>	<p>7月8日</p> <p>中華丼 わかめスープ れんこんの 中華炒め オレンジ</p>	<p>7月9日</p> <p>【デ 他外】 A.パン/B.ごはん コンソメスープ ポークビーンズ スパゲッティサラダ 牛乳みかん寒天</p>	<p>7月10日</p> <p>野沢菜昆布の 混ぜご飯 味噌汁 ホキの七味焼き かぼちゃのそぼろ煮 生野菜たまごサラダ</p>	<p>7月11日</p> <p>ごはん コンソメスープ 鶏肉のパン粉焼き いんげんソテー エクレア</p>
日付	7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日
昼食	<p>7月13日</p> <p>キーマカレー コンソメスープ ほうれん草とツナの バターソテー 生野菜サラダ</p>	<p>7月14日</p> <p>ごはん 味噌汁 カレイの 梅マヨ焼き キザミ昆布の煮物 黒糖まんじゅう</p>	<p>7月15日</p> <p>ふわふわ玉子丼 中華スープ 水餃子の 中華煮込み 抹茶ババロア</p>	<p>7月16日</p> <p>【デ 他外】 A.パン/B.ごはん コンソメスープ クリームシチュー ピーマンとカブの マスタード炒め コールスローサラダ</p>	<p>7月17日</p> <p>栄養科 ★イチオシメニュー★ デミグラスソース オムライス コンソメスープ ほうれん草のソテー バナナ</p>	<p>7月18日</p> <p>ゆかりごはん 味噌汁 サバの おろしポン酢がけ チンゲン菜と 竹輪の中華炒め ロールケーキ</p>
日付	7月20日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日
昼食	<p>【夏メニュー】 ねばねばうどん 野菜コロッケ 豚しゃぶサラダ すいか</p>	<p>7月21日</p> <p>ごはん 味噌汁 鶏肉のきじ焼き ビーフンの コンソメ炒め もみじ饅頭</p>	<p>7月22日</p> <p>高菜ごはん すまし汁 ホキの ごま味噌焼き ブロッコリーと カニカマのくず煮 フルーツみつ豆</p>	<p>7月23日</p> <p>【デ 他外】 A.パン/B.ごはん コンソメスープ 煮込みハンバーグ マカロニソテー 豆腐の生野菜サラダ</p>	<p>7月24日</p> <p>赤飯 味噌汁 サワラの塩麹焼き 金平ごぼう 誕生日ケーキ</p>	<p>7月25日</p> <p>【土用の丑メニュー】 うな丼 すまし汁 ごぼうと こんにゃくの炒り煮 料理クラブデザート</p>
日付	7月27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	
昼食	<p>7月27日</p> <p>麦ごはん すまし汁 ホキのみりん焼き ナスのそぼろ煮 とろろ</p>	<p>7月28日</p> <p>いりこ菜飯 味噌汁 アオサ入り卵焼き 大根とイカの煮付け マンゴー</p>	<p>7月29日</p> <p>ごはん すまし汁 サワラの香梅煮 インゲンの 味噌炒め 竹輪ともやしの わさびマヨ和え</p>	<p>7月30日</p> <p>【デ 他外】 A.パン/B.ごはん コンソメスープ 豚肉の彩り炒め スパゲッティソテー チョコレートババロア</p>	<p>7月31日</p> <p>カレーライス コンソメスープ 白菜の コンソメ炒め みかんヨーグルト</p>	