

令和3年7月 予定献立表

	月	火	水	木	金	土	日
朝	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁 しめじ かまぼこ	ごはん みそ汁 大根 ほうろくベーコン	ごはん みそ汁 じゃがいも オムレツ	ごはん みそ汁 豆腐 きんぴら
昼				ハヤシライス サラダ ヨーグルト	塩豚高菜丼 わかめスープ サラダ プリン	ごはん みそ汁 塩こうじからあげ いわしのおかか和 せし	ごはん みそ汁 豚肉 旨み炒め サラダ せし
夕				ごはん 和風スープ 魚のみりん焼き 肉じゃが なすのからあげ	ごはん コンソメスープ 鶏肉トマトチヂリ 里芋スイートチリソース ブロッコリー	ごはん 中華スープ 魚の西豚風 しゅうまい 大根ツナサラダ デザート	ごはん トマトスープ ハンバーグ スパゲティ 温野菜 サラダ
朝	ごはん みそ汁 ねぎ 煮卵	ごはん みそ汁 もやし ちくわの佃煮	ごはん みそ汁 里芋 塩サバ	ごはん みそ汁 小松菜 にら玉	ごはん みそ汁 えのき 厚揚げ	ごはん みそ汁 白煮 温泉たまご	ごはん みそ汁 玉ねぎ ピリ辛こんにゃく
昼	ごはん 和風スープ 肉野菜炒め 揚げたこやき プリン	ごはん かきまら 鶏の黒しゅう油 コロッコ ブロッコリー ナムル ソース	ごはん 親子丼 みそ汁 サラダ せし	わかめごはん パプリカ焼きそば サラダ ヨーグルト	豚丼 みそ汁 サラダ プリン	ごはん みそ汁 魚の西豚風 肉じゃが せし	ごはん みそ汁 ソース焼きそば 揚げたこやき せし
夕	ごはん コンソメスープ チキンカツ かぼちゃ煮 海藻サラダ	ごはん 和風スープ 魚のホイル焼き 巻 いわしイリター	ごはん 冷しゃも汁 えび野菜の 天ぷら 西の物 デザート	ごはん コンソメスープ E&Oポーク パプリカチリソース カリフラワー マリネ	ごはん わかめスープ チリ南蛮 チャウチエ ちくわ野菜のソテー	ごはん いわし汁 豚肉 おろしソース ほうれん草の炒め キャベツのゆかり和	ごはん 中華スープ 鶏のチリソース スパゲティサラダ 金平あんこ
朝	ごはん みそ汁 キャベツ ウインナー	ごはん みそ汁 かぼちゃ チキンボール	ごはん みそ汁 はす 野菜のからいり	ごはん みそ汁 はじめこ スクランブルエッグ	ごはん みそ汁 豆腐 里芋やほろ煮	ごはん みそ汁 大根 キャベツの佃煮	ごはん みそ汁 しめじ 天煮
昼	マーボー丼 わかめスープ サラダ プリン	ごはん 和風スープ 魚の唐揚げ カレー炒め いわしごま和 せし	ごはん コンソメスープ ポークチャップ サラダ せし	まぜごはん 冷しゃも汁 ヨーグルト	ごはん 中華スープ 豚肉アイスダマ プリン	カレーライス サラダ せし	ごはん みそ汁 魚の唐揚げ マカロニサラダ せし
夕	ごはん トマトスープ といかつ 筒ソメ刺身炒め きゅうりの和せし	ごはん 中華スープ 鶏の甘酢煮 ゆでたまご ポテトサラダ	ごはん すまし汁 豆腐ハンバーグ はすみそ炒め おくらおひし	ごはん 和風スープ 甘芋チキン キャベツのバク 和風サラダ	ごはん コンソメスープ 魚のたまご日曜 お好みコロッコ ピクルス	ごはん マカロニスープ ポークビツタ 洗マシポテト 人参コンマリネ	ごはん 和風スープ 肉じゃが ちくわの西豚 チヂリ
朝	ごはん みそ汁 小 喜野豆腐の佃煮	ごはん みそ汁 小松菜 しじみ煮	ごはん みそ汁 じゃがいも もやしベーコン	ごはん みそ汁 ねぎ 煮野菜	ごはん みそ汁 えのき 人蔘しじり	ごはん みそ汁 もやし チキンボール	ごはん みそ汁 里芋 いわしイリター
昼	ごはん みそ汁 豚肉 サラダ プリン	ごはん みそ汁 魚の塩焼き メチカツ ほうろくベーコン ソース	ごはん みそ汁 塩しもんからあげ チリチリ大根煮 せし	ごはん みそ汁 豚肉塩炒め サラダ ヨーグルト	ごはん みそ汁 魚の塩焼き ほうろくベーコン プリン	ごはん みそ汁 おろしチキンカツ いわしナムル せし	ごはん みそ汁 魚の唐揚げ きんぴら せし
夕	ごはん いわし汁 魚の西豚風 せし 小松菜の西炒め	ごはん 和風スープ 味噌豚 かきあげ 酢の物	ごはん 中華スープ にらもやし おくらコンマリネ ピリ辛きゅうり	ごはん たまごスープ 揚げたこ オムライス 春雨サラダ おくらゆずしじり	ごはん ピリ辛 わかめスープ 温泉たまご サラダ デザート	ごはん コンソメスープ 豚肉レモンステーキ ハウスドポテト コールスローサラダ	ごはん マカロニスープ チキンソテー トマトソース フライドポテト カリフラワーピクルス
朝	ごはん みそ汁 わかめ 温泉たまご	ごはん みそ汁 キャベツ ウインナー	ごはん みそ汁 豆腐 煮卵	ごはん みそ汁 ねぎ オムレツ	ごはん みそ汁 玉ねぎ ウインナー	ごはん みそ汁 白煮 木耳の炒め	ごはん みそ汁
昼	ごはん みそ汁 魚の西豚 プリン	ごはん みそ汁 魚の西豚 スパゲティ ソース	ごはん みそ汁 魚のからあげ ピリ辛しじり せし	ごはん みそ汁 豚肉の塩焼き サラダ ヨーグルト	ごはん みそ汁 鶏肉 ブロッコリー プリン	ごはん みそ汁 魚の西豚 ほうろくコロッコ おくら玉ねぎ せし	
夕	カツカレー サラダ フルーツ	ごはん 和風スープ お好み焼き ほうろくソース ほうろくソース	煮野菜 だご汁 魚の西豚焼き コロッコ 中華風和食	ごはん すまし汁 魚の塩しじり おひつ トマトサラダ	ごはん 中華スープ チリチキンカツ 塩しもんベーコン 小松菜炒め	ごはん 中華スープ 青豚肉炒 しゅうまい デザート	