

令和6年7月 予定献立表

	月	火	水	木	金	土	日
朝	ごはん みそ汁 キヤベツ ウインナー	ごはん みそ汁 えのき ズンチウ煮	ごはん みそ汁 小松菜 スクランブルエッグ	ごはん みそ汁 もやし 塩サバ	ごはん みそ汁 里芋 温泉たまご	ごはん みそ汁 大根 いんげんソテー	ごはん みそ汁 かぼちゃ 目玉焼き
昼	ごはん 中華スープ 豚キムチ サラダ プリン	ごはん 和風スープ 鰻の塩だれ焼き かぼちゃコロッケ ブロッコリーとピーマン ジュース	ごはん 和風スープ 冷し中華 汁	ごはん すまし汁 豚高菜炒め サラダ ヨーグルト	肉ごぼろめし みそ汁 サラダ プリン	ごはん みそ汁 魚の天ぷら 肉じゃが 汁	ごはん みそ汁 豚肉豆腐辛み炒め サラダ 汁
夕	ごはん 豚カツ 鰻の甘酢煮 里芋サラダ デザート	ごはん 中華スープ 青柳肉林 蒸し鶏 酢の物	ごはん 和風スープ 魚の南蛮漬け 厚揚げ 旨塩オクラ	ごはん たまごスープ 山芋の団子炒め 小松菜炒め 中華風酢豚	ごはん すまし汁 味噌豚 かきあげ きゅうりおろし	ごはん 和風スープ 筑前煮 いわしフライ サラダ	ごはん いわし汁 魚のオイル焼き 春巻き ちくわと野菜のソテー
朝	ごはん みそ汁 玉ねぎ キヤベツの佃煮	ごはん みそ汁 しめじ チキンボール	ごはん みそ汁 ほうろ しょうまい	ごはん みそ汁 じゃが芋 にら玉	ごはん みそ汁 ねぎ 野菜炒め	ごはん みそ汁 豆腐 ひじき煮	ごはん みそ汁 白菜 オムレツ
昼	ごはん 和風スープ 肉野菜炒め 揚げたにやき プリン	ごはん みそ汁 鰻のからあげ いんげんナムル ジュース	わかめごはん 冷し中華 汁	キーマカレー サラダ ヨーグルト	ごはん コンソメスープ ポークチャップ サラダ プリン	ごはん みそ汁 照り焼きチキン マカロニサラダ 汁	ごはん みそ汁 ソース焼きそば 揚げ鶏 汁
夕	ごはん コンソメスープ とんかつ かぼちゃ煮 海藻サラダ	ごはん マカロニスープ 魚のたまごまヨリ いわし下足メンチカツ パプリカマリネ	ごはん 和風スープ 豚肉が塩焼き チャプチェ おくらおろし	ごはん たまご汁 魚の西京焼き クリームコロッケ にらのみんぱう	ごはん トマトスープ お好み焼ハンバーグ フライドポテト わかめサラダ	ごはん コンソメスープ きりたんぽ焼き トマトソース カリフラワー	ごはん 和風スープ ポークカツ ハンバーグ スパゲッティ マヨネーズ
朝	ごはん みそ汁 もやし 人参のしりしり	ごはん みそ汁 えのき 煮	ごはん みそ汁 かぼちゃ ウインナーコンソメ	ごはん みそ汁 大根 ねぎ玉	ごはん みそ汁 小松菜 厚揚げ	ごはん みそ汁 たまご 木耳の佃煮	ごはん みそ汁 里芋 がむしゃら
昼	ごはん みそ汁 魚のごま揚げ 筍のぼろ揚げ プリン	親子丼 和風スープ サラダ ジュース	まぜごはん 冷し中華 汁	ハヤシライス サラダ ヨーグルト	豚肉 かきたま汁 サラダ プリン	ごはん みそ汁 照り焼きチキン コロッケ いんげんごま和え 汁	ごはん みそ汁 豚の生姜焼き サラダ 汁
夕	ごはん すまし汁 チキンカツ 高野豆腐煮 ピクルス	ごはん 和風スープ 豚肉ポパイ炒め しょうまい ピリ辛きゅうり	ごはん みそ汁 魚の竜田揚げ 甘酢肉団子 もやしナムル	ごはん 和風スープ 甘辛チキンごぼろ キャベツのベトナム 春雨サラダ	ごはん コンソメスープ チキンのトマト煮 スパゲッティ 温野菜 サラダ	ごはん 春雨スープ お刺し身揚げ はすみそ炒め コーンスープ サラダ	ごはん 中華スープ 鰻チリソース 小松菜佃煮 きゅうりのゆかり和え
朝	ごはん みそ汁 小 里芋のぼろ煮	ごはん みそ汁 白菜 焼き魚	ごはん みそ汁 玉ねぎ ちくわの佃煮	ごはん みそ汁 じゃが芋 ほうろの豚ベーコン	ごはん みそ汁 はす 丸天煮	ごはん みそ汁 豆腐 もやし炒め	ごはん みそ汁 しめじ ピリ辛こんにゃく
昼	ごはん みそ汁 照り焼きハンバーグ スパゲッティ プリン	ごはん みそ汁 魚の竜田揚げ ほかにんごろう ジュース	ごはん みそ汁 魚の塩焼き メンチカツ ピリ辛もやし 汁	ごはん みそ汁 豚肉スタミナ炒め サラダ ヨーグルト	ごはん みそ汁 鰻の黒しりしり コロッケ ピーマン炒め プリン	ごはん みそ汁 ミックスフライ カリカリ大根煮 汁	ごはん みそ汁 チキンごま塩だれ ブロッコリーおろし 汁
夕	三色おぼろ丼 和風スープ サラダ	ごはん いわし汁 肉ごぼろ煮 おじフライ トマトサラダ	ごはん すまし汁 魚の生姜焼き はすのから揚げ 大根ツナサラダ	ごはん トマトスープ たまごチーズフライ 明太子スパゲッティ ピクルス	ごはん 和風スープ 豆腐ハンバーグ 揚げいももち いんげんソテー	ごはん ピリ辛丼 わかめスープ 温泉たまご サラダ	ごはん 和風スープ 豚肉 おろしソース おくらおろし おくらおろし
朝	ごはん みそ汁 わかめ 高野豆腐の佃煮	ごはん みそ汁 キヤベツ ミソ汁	ごはん みそ汁 ねぎ 温泉たまご	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁
昼	ごはん みそ汁 回鍋肉 サラダ プリン	ごはん みそ汁 魚の味噌焼き ハムカツ ほうろ煮ごま炒め ジュース	ごはん みそ汁 塩こうじからあげ スパゲッティ マヨネーズ 汁				
夕	カリカレ サラダ フルーツ	ごはん 中華スープ チキン南蛮 春雨炒め きゅうり煮	ごはん たまごスープ 豚肉ピリ辛炒め ちくわの塩だれ揚げ ブロッコリーサラダ				