

7月の献立表

2025/7/1～

		1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)	5 (土)	6 (日)
朝		・パンケーキ ・ベーコンエッグ ・コールスローサラダ ・スイカ	・ご飯 ・焼き鯖 ・サラダ ・ひじき煮 ・さつま芋のお味噌汁	・ツナサンド ・食パン ・ポテトサラダ ・オニオンスープ ・オレンジ	・ご飯 ・明太子 ・温泉玉子 ・ほうれん草のごま和え ・大根と揚げのお味噌汁	・ぼうしパン ・食パン ・フルーツジュース	・チーズハムパン ・食パン ・フルーツジュース
夜		・ご飯 ・牛スタミナ炒め ・ブロッコリーと竹輪の玉子サラダ ・豆腐とえのきのすまし汁	・トルコライス(カレー味) ・ナポリタン ・トンカツデミソース ・サラダ ・コンソメスープ ・ゼリー	・ご飯 ・チキンのトマトチーズ焼き ・サラダ ・れんこんと大豆と挽肉の甘辛炒め ・ポトフスープ	・ご飯 ・白身魚の磯辺揚げ ・サラダ ・筑前煮 ・きのこのすまし汁	・ご飯 ・麻婆豆腐 ・シューマイ ・春雨サラダ ・中華玉子スープ	・ご飯 ・鶏の竜田揚げおろしポン酢 ・サラダ ・菜の花とベーコンのペペロンチーノ ・茄子のお味噌汁 ・お楽しみスイーツ
	7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金)	12 (土)	13 (日)
朝	・ご飯 ・白身魚の味噌焼き ・サラダ ・青菜の煮浸し ・根菜のすまし汁	・ホットドッグ ・食パン ・ポテトサラダ ・コーンスープ ・キウイ	・ご飯 ・納豆 ・蒸し鶏と青菜の和え物 ・里芋のお味噌汁 ・ぶどう	・フレンチトースト ・食パン ・ウインナー ・サラダ ・スクランブルエッグ ・オニオンスープ	・ご飯 ・鮭の柚庵焼き ・サラダ ・きんぴられんこん ・麩のお味噌汁	・チョコチップメロンパン ・食パン ・フルーツジュース	・北海道オニオントマトパン ・食パン ・フルーツジュース
夜	・ご飯 ・白身のフリットオーロラソース ・★型コロツケ ・もずくとオクラの中華サラダ ・七夕そうめん ・ゼリー	・ご飯 ・キャベツたっぷりメンチカツ ・サラダ ・ブロッコリーと彩り野菜のマリネ ・なめこのお味噌汁	・肉ごぼううどん ・かしわごはん ・きゅうりとわかめの酢の物 ・ゼリー	・ご飯 ・ハンバーグトマトソース ・サラダ ・マカロニ玉子サラダ ・ビーンズスープ	・ご飯 ・ポークピカタ ・サラダ ・ポテトサラダ ・挽肉入り豆乳坦々スープ	・ご飯 ・ササミチーズカツ ・サラダ ・緑野菜の胡麻和え ・えのきとわかめのすまし汁	・豚肉梅しそとろろ丼 ・豆腐＆野菜の揚げ浸し ・筍とわかめのすまし汁 ・きなこ団子
	14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)	18 (金)	19 (土)	20 (日)
朝	・ご飯 ・焼き鯖 ・サラダ ・玉子焼き ・切干大根煮 ・じゃが芋のお味噌汁	・きな粉揚げパン ・ハムエッグ ・コールスローサラダ ・ポタージュスープ ・スイカ	・ご飯 ・明太子 ・長芋おくらめかぶ和え ・かぼちゃそば煮 ・茄子のお味噌汁	・ピザトースト ・食パン ・スパゲティサラダ ・オニオンスープ ・オレンジ	・ご飯 ・ウインナー ・サラダ ・玉子焼き ・青菜のお浸し ・南瓜のお味噌汁	・シナモンロールパン ・食パン ・フルーツジュース	・チキンカツのソース焼きパン ・食パン ・フルーツジュース
夜	・ご飯 ・スンドゥブチゲスープ ・キムチチーズチヂミ ・チョレギサラダ ・ミルクプリン	・ご飯 ・白身＆アジフライタルタルソース ・サラダ ・緑野菜の胡麻和え ・鶏団子と春雨のスープ	・ご飯 ・海鮮入り焼きそば ・揚げ餃子 ・サラダ ・豆腐とわかめのお味噌汁	・ご飯 ・鯖のピリ辛煮 ・サラダ ・肉じゃが ・根菜のすまし汁	・ご飯 ・豚マヨキムチ炒め ・ほうれん草と玉子のミニグラタン ・玉子とわかめのスープ	・ご飯 ・チキン南蛮 ・サラダ ・れんこんと挽肉の甘辛炒め ・小松菜と揚げのお味噌汁	・ご飯 ・ポークソテージャポネソース ・温野菜 ・ブロッコリーと玉子のサラダ ・南瓜とベーコンのミルクスープ

*7日は七夕ですね!『夏の大三角形』である“こと座(ベガ)”は織姫様、“わし座(アルタイル)”は彦星様を表しています。是非夏の夜空を眺めてみてくださいね♪

*朝食には牛乳、コーヒー、紅茶を用意しています。

*都合により、内容が変更になることがございます。予めご了承ください。

7月の献立表

2025/7/21～

	21 (月)	22 (火)	23 (水)	24 (木)	25 (金)	26 (土)	27 (日)
朝	・ご飯 ・鮭の塩焼き ・サラダ ・がんも煮 ・じゃが芋のお味噌汁	・ホットサンド ・食パン ・ポテトサラダ ・コーンスープ ・グレープフルーツ	・ご飯 ・納豆 ・蒸し鶏と青菜の和え物 ・さつま芋のお味噌汁 ・バナナ	・ハニートースト ・食パン ・ウインナー ・サラダ ・スクランブルエッグ ・オニオンスープ	・ご飯 ・白身魚の味噌焼き ・サラダ ・きんぴらごぼう ・麩のお味噌汁	・きなこだんごパン ・食パン ・フルーツジュース	・カレーパン ・食パン ・フルーツジュース
夜	・ご飯 ・ヤンニョムチキン ・サラダ ・野菜のナムル ・トッポギ入りチゲスープ	・ご飯 ・豚梅しそミルフィーユカツ ・サラダ ・明太パスタ ・ミネストローネ	・チャーハン ・麻婆茄子 ・揚げ餃子・サラダ ・麻辣豆腐スープ	・ご飯 ・サーモンムニエル ・エビフライ(タルタル) ・サラダ ・だご汁	・ご飯 ・ほろほろチキンカレー ・海藻サラダ ・春キャベツとベーコンのスープ ・パインヨーグルト	・ビビンバ丼(温玉付き) ・チョレギサラダ ・ユッケジャンスープ ・杏仁豆腐	・ご飯 ・照りマヨチキン ・ブロッコリーとツナのマカロニサラダ ・生姜玉子スープ ・大学芋
	28 (月)	29 (火)	30 (水)	31 (木)			(日)
朝	・ご飯 ・焼き鯖 ・サラダ ・切干とハムのサラダ ・煮玉子 ・大根と揚げのお味噌汁	・ワッフル ・ハムエッグ ・コールスローサラダ ・ポタージュスープ ・りんご	・ご飯 ・ウインナー ・サラダ ・かぼちゃそぼろ煮 ・じゃが芋のお味噌汁	・ピザトースト ・食パン ・チキンナゲット ・スパゲティサラダ ・オニオンスープ ・キウイ			
夜	・ご飯 ・ミートドリア ・クルトン入りシーザーサラダ ・エビコロッケ ・オニオンスープ	・ご飯 ・鶏つくねバーグおろしポン酢 ・ツナと大根とりんごのサラダ ・オクラとえのきのすまし汁	・ミートスパゲティ ・カラフルサラダ ・ポトフスープ ・ミルクプリン	・鰻丼 ・春雨の酢の物 ・生姜玉子スープ			

*朝食には牛乳、コーヒー、紅茶を用意しています。

*都合により、内容が変更になることがございます。予めご了承ください。