

7月献立表

日		月		火		水		木		金		土	
朝 昼 お 夕				2025/07/01	2025/07/02	2025/07/03	2025/07/04	2025/07/05					
				食パン (60g・ジャム) ポロニアソーセージ 牛乳 たこ飯 かゝの塩焼き キャベツと平天の煮浸し ブロッコリーのおから和え 味噌汁 (じゃが芋・白葱) ムースエクレア	食パン (60g・ジャム) 5品目具材の玉子焼き 牛乳 ごはん メンチカツ しろなとツナのソテー マカロニサラダ 味噌汁 (玉葱・人参) 黒糖ソフトマフィン	食パン (60g・ジャム) 照り焼き風肉団子 牛乳 ごはん 豚肉ともやしの野菜炒め 一口がんもの煮物 アスパラの梅和え 味噌汁 (ふわふわ卵) ドームケーキ (チョコ)	食パン (60g・ジャム) プレーンオムレツ 牛乳 ごはん 油淋鶏 ひじきと油揚げの煮物 さつま芋サラダ 中華スープ (ザーサイとコーン) 水ようかん	食パン (60g・ジャム) クラムチャウダー 牛乳 ごはん おろしハンバーグ かにシュマイ マンゴー缶 味噌汁 (里芋・モロ) もみじまんじゅう					
				ごはん 豚肉の香味炒め 鯛つみれの煮物 胡瓜の酢の物 味噌汁 (オクラ・巻麩)	ごはん 焼7ツの南蛮漬け たけのこと豚肉の炒り煮 白オと椎茸の麦味噌和え 味噌汁 (絹揚げ・わか)	ごはん 黄金かれいの魚田 高野豆腐のサイコロ煮 キャベツと竹輪の塩麴ドレサラダ 味噌汁 (大根菜・白葱)	ゆかり御飯 焼きそば 絹揚げとグリーンピースのそぼろ煮 杏仁豆腐 味噌汁 (大根・わか)	ごはん 白身魚の煮付け れんこんと平天の金平 コールスローサラダ 味噌汁 (青梗菜・椎茸)					
2025/07/06		2025/07/07		2025/07/08		2025/07/09		2025/07/10		2025/07/11		2025/07/12	
朝 昼 お 夕	食パン (60g・ジャム) だし巻き卵 牛乳 ごはん 白身魚の生姜煮 大豆と豚肉のカレー炒め ほうれん草のパンパントレサダ 味噌汁 (白オ・竹輪) 苺ゼリー	食パン (60g・ジャム) 大豆ミートハンバーグ (野菜ソース) 牛乳 稲荷寿司 セタソーメン 切干大根と豚肉の煮物 みかん缶	食パン (60g・ジャム) 干草焼き 牛乳 ごはん とんかつ (ソース) 里芋と鶏肉の煮物 キャベツとコーンの和風ドレサダ 味噌汁 (もやし・椎茸) 抹茶ソフトケーキ	食パン (60g・ジャム) ポテトミンチ巻き 牛乳 サラダ寿司 絹揚げの煮物 ヨーグルトのはちみつソースかけ 味噌汁 (白・玉)	食パン (60g・ジャム) しろなとウィンナーの豆乳スープ 牛乳 夏野菜カレー (豚) らっきょ キャベツの洋風お浸し 寒天とフルーツ缶の盛合せ マロンクリームワッフル	食パン (60g・ジャム) 磯巻き卵 牛乳 ごはん 鶏のやわらか煮 茄子の田舎煮 ひじきとれんこんのマヨサラダ 味噌汁 (玉葱・椎茸) 原宿ドッグミニ	食パン (60g・ジャム) か frait とコーンの香味ドレサダ 牛乳 ごはん 竹の照り焼き いかふくさ焼き ポテトサラダ 味噌汁 (大根菜・竹輪) 黒糖まんじゅう (白あん)						
	ごはん 豚肉の和風炒め ごぼうと鶏肉の炒り煮 奴豆腐 味噌汁 (玉葱・白ナ)	ごはん 鶏肉のくわ焼き 高野豆腐のサイコロ煮 南瓜のサラダ 味噌汁 (じゃが芋・しめじ)	ごはん 7ツの山椒煮 小松菜と鶏肉の炒め物 スパゲティサラダ 味噌汁 (白オ・人参)	ごはん レモンチキン ほうれん草とベーコンのソテー 大根の和え物 味噌汁 (キャベツ・わか)	ごはん ブリの香味焼き 胡麻豆腐 ブロッコリーのリンゴドレ和え 味噌汁 (大根・大根菜)	ごはん かゝの味噌煮 大根と豚肉の炒め物 胡瓜の甘酢和え 清汁 (そうめん) 青ねぎ	ごはん 豚肉のオイスター炒め 絹揚げのそぼろ煮 ほうれん草と平天の白ごま和え 味噌汁 (白オ・モロ)						
2025/07/13		2025/07/14		2025/07/15		2025/07/16		2025/07/17		2025/07/18		2025/07/19	
朝 昼 お 夕	食パン (60g・ジャム) スクランブルエッグ 牛乳 ごはん 肉団子の甘酢あん 小松菜とツナの炒め物 パン缶・白桃缶 味噌汁 (油揚げ・わかめ) ショートケーキ (ミルキー) 紅茶	食パン (60g・ジャム) チンゲンサイと豚肉のスープ 牛乳 ごはん 赤魚の生姜煮 ふかしジャガ (コーン) マカロニサラダ 味噌汁 (白オ・大根菜) ママン	食パン (60g・ジャム) うまい菜とベーコンのソテー 牛乳 ごはん 親子とじ 金平ごぼう 揚げ茄子の甘酢和え 味噌汁 (大根・わか) くずまんじゅう (抹茶・紫芋)	食パン (60g・ジャム) カニカマ入りだし巻き卵 牛乳 ごはん 白身魚の中華あんかけ 白オと鶏肉の煮物 卵豆腐 味噌汁 (浅利・キャベツ) 米粉ドッグミニ	食パン (60g・ジャム) インゲンと鶏肉のトマトスープ 牛乳 ゆかりご飯 お好み焼き (豚) もやしの塩麴ドレサダ パイン缶 味噌汁 (大根) みるくまんじゅう (白あん)	食パン (60g・ジャム) パンプキンサラダ 牛乳 ごはん 白身魚の香草焼き 切干大根 チンゲンサイと平天のたらこマヨサダ 味噌汁 (じゃが芋・白葱) プリンアラモード	食パン (60g・ジャム) ほうれん草オムレツ 牛乳 鯉井 (鯉系) れんこんと竹輪の金平 胡瓜のあっさり和え 味噌汁 チョコレートケーキ						
	ごはん アツパリの煮付け もやしと鶏肉の炒め物 ブロッコリーとパプリカのスローサラダ 味噌汁 (牛蒡・人参)	ごはん 回鍋肉 大豆とこんにゃくの煮物 玉子どうふ 味噌汁 (白葱・竹輪)	ごはん 7ツの西京焼き 高野豆腐と鶏肉のサイコロ煮 白オと平天の和え物 清汁 (小松菜・エキ)	ごはん 豚じゃが いかふくさ焼き おくらのかか和え 味噌汁 (おつゆ麩・わかめ)	ごはん 鶏肉のやわらか煮 絹あげの煮物 ブロッコリーと竹輪の洋風お浸し 味噌汁 (ふわふわ卵)	ごはん 三色稲荷の炊き合わせ キャベツと豚肉の炒め物 金時豆煮 味噌汁 (もやし・椎茸)	ごはん ハンバーグ (きのこソース) ベーコンと枝豆の塩バターソテー ミルク寒天のマヨソースかけ 味噌汁 (牛蒡)						

7月献立表

朝 昼 お 夕	2025/07/20	2025/07/21	2025/07/22	2025/07/23	2025/07/24	2025/07/25	2025/07/26
	食パン（60g・ジャム） 干草焼き 牛乳 ごはん 豚肉の味噌マヨ炒め 冬瓜の炒め煮 キャベツとコーンの和風ドレッシング 味噌汁（しめじ・人） ぶどうゼリー	食パン（60g・ジャム） 野菜ミンチ巻き 牛乳 ごはん 銀ひらすのグリル 枝豆がんもの煮物 みかん缶 味噌汁（モヤシ・大根菜） ムースシュー	食パン（60g・ジャム） 洋風だし巻き卵 牛乳 ごはん 豚大根 奴豆腐 ブロッコリーのアイランドドレッシング 清汁（小松・人） もっちりたい焼きあん	食パン（60g・ジャム） ハムチーズピカタ 牛乳 ごはん チキン南蛮 キャベツのゆかり和え ぶどう 味噌汁（玉葱・椎茸） 薄皮まんじゅう	食パン（60g・ジャム） スクランブルエッグ 牛乳 ごはん 白身魚の味噌煮 れんこんと平天の金平 インゲンとパプリカのスローサラダ 清汁（豆腐） すいか	食パン（60g・ジャム） ミートオムレツ 牛乳 カレーライス 福神漬 ブロッコリーと油揚げの白ごま和え 白桃缶 ブルーチェ（イチゴ）	食パン（60g・ジャム） ほうれん草とウィンナーのソテー 牛乳 ごはん 白身魚の煮付け もやしと鶏肉の炒め物 さつま芋サラダ 味噌汁（そうめん）青ねぎ 和菓子（きんつば）
	ごはん ぶりの照り揚げ 絹揚げとグリーンピースのそぼろ煮 もやしとニラの和え物 味噌汁（白・玉）	ごはん ブレンコロッケ ひじきと竹輪の煮物 インゲンのパジルドレッシング 味噌汁（絹・椎）	ごはん かひの南部焼き 大豆とこんにゃくの煮物 マンゴー缶 味噌汁（なす）	ごはん 芋の生姜煮 卵の花 オクラのとろろ和え 豚汁（白オ・白葱）	ごはん 豚肉のバター醤油炒め 白オの煮浸し 南瓜の含め煮 味噌汁（キャベツ・わかめ）	ごはん アジの照り焼き 高野豆腐と鶏肉のサイコロ煮 カリフラワーとコーンのポンドレッシング 味噌汁（もやし・椎茸）	ごはん 豚肉の塩ダレ炒め えびシューマイ キャベツと竹輪の大葉ドレッシング 味噌汁（里芋としめじ）
朝 昼 お 夕	2025/07/27	2025/07/28	2025/07/29	2025/07/30	2025/07/31		
	食パン（60g・ジャム） インゲンとベーコンのソテー 牛乳 ごはん 鶏グリの洋風香味ソース キャベツと平天の炒め物 スパゲティサラダ 味噌汁（絹揚げ・わかめ） ココアゼリー	食パン（60g・ジャム） 切干大根 牛乳 ごはん 豚の山椒煮 松風焼き うまい菜のごまドレッシング 味噌汁（里芋と白オ） おかしなバナナ	食パン（60g・ジャム） かに玉 牛乳 散らし寿司 切干大根と豚肉の煮物 ぶどう 味噌汁（油揚げ・わかめ） 栗羊かん	食パン（60g・ジャム） お魚厚揚げの煮物 牛乳 ごはん ホッケの塩麹焼き 茄子のよごし（富山県郷土料理） 白オのお浸し 清汁（豆腐） しっとりどら焼き（カスタード）	食パン（60g・ジャム） ブレンオムレツ 牛乳 菜飯 きつねうどん キャベツとウィンナーの炒め物 フルーツ（西洋なし缶） 豆乳とココアのデザート		
	ごはん ホキの揚げ浸し じゃがいもと豚肉の煮物 胡瓜のごま酢和え 味噌汁（玉葱・青梗菜）	ごはん 赤魚の西京焼き 大豆煮 野菜とわかめの豆乳寄せ 味噌汁（ふわふわ卵）	ごはん ハンバーグ（和風ソース） ひじきと平天の炒り煮 冷やし冬瓜 コンソメスープ（和・ウイ）	ごはん 揚げ豆腐 しろなとツナのソテー マカロニサラダ 味噌汁（大根菜・竹輪）	ごはん 鶏肉の梅風味焼き 豚肉と絹揚げの炒め煮 ポテトサラダ 味噌汁（南瓜）		