

献立予定表

2021 年 7 月

	月	火	水	木	金	土
ちゅう 屋 食				1 日 鶏とちくわの風味揚げ トマト 五目スープ	☆2 日 豚肉の生姜焼き れんこんのきんぴら さつま芋の味噌汁	3 日 鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリー 玉ねぎの味噌汁
お や つ				焼きとうもろこし せんべい	寒天わらびもち	オレンジ せんべい
ちゅう 屋 食	5 日 筑前煮 ブロッコリー わかめと豆腐の味噌汁	☆6 日 ビーフンの五目炒め あらびきウインナー おくらのおかか和え	☆7 日 鶏もも肉の照り焼き 粉ふき芋 トマト 七タ汁	8 日 ポークビーンズ 和風サラダ カリフラワー	☆9 日 鮭のムニエルレモン添え 塩ゆでアスパラガス とうがんのとろとろスープ	10 日 マーボー豆腐 もやしのナムル バナナ
お や つ	米粉のアップルケーキ	枝豆 せんべい	みかんゼリー せんべい	フルーツポンチ	豆腐のコーンパン	コーンフレーク
ちゅう 屋 食	12 日 高野豆腐のオランダ煮 あらびきウインナー 豚肉とキャベツの味噌汁	☆13 日 牛肉のケチャップ煮 ポテトサラダ パイザンヌスープ	☆14 日 豆腐の五目煮 金時煮豆 ブロッコリー	15 日 白身魚のコーンクリームかけ トマト 白菜のスープ	☆16 日 チキン南蛮 マカロニサラダ 大根の味噌汁	17 日 すきやき風煮 夏野菜のピクルス わかめの味噌汁
お や つ	桃のタルト	りんご せんべい	米粉麺の冷やしうどん仕立て	すいか	ゴールドキウイ せんべい	ライスクッキー(いちご味) 桃缶
ちゅう 屋 食	19 日 豚肉とピーマンの炒め物 粉ふき芋 切りほしだいこん 切干大根の味噌汁	20 日 鯖の竜田揚げ ブロッコリーサラダ うす揚げの味噌汁	21 日 福袋 野菜の煮物 白菜の味噌汁	22 日 海の日	23 日 スポーツの日	24 日 やきそば おふの味噌汁 バナナ 米粉のパンケーキ
お や つ	米粉かぼちゃソフトクッキー	水ようかん せんべい	かぼちゃの蒸しパン			
ちゅう 屋 食	26 日 豆乳クリームシチュー ブロッコリー ごぼうサラダ	27 日 鶏ささみのフライ ラタトゥイユ にらの味噌汁	28 日 鰯の塩焼き 人参サラダ なすの味噌汁	29 日 豚肉のごまみそ焼き 野菜ソテー じゃがいもの味噌汁	30 日 チキンのトマトソースかけ キャベツのごま和え きのこスープ	31 日 八宝菜 もやしと春雨の和え物 ゴールドキウイ
お や つ	ソイアイス せんべい	杏仁フルーツ	ジャコチップス せんべい	シーチキン入りお好み焼き	メイプルマフィン	クラッカーサンド

* おやつには牛乳がつかます。 * すべての食材に卵・乳製品を使用していません。 * 入荷状況などによりメニューを変更させていただく場合がございます。