

# 令和4年 7月 献立予定表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					
<p>1日</p> <p>ご 飯 唐揚げ ひじき煮 おかか和え 味噌汁</p>	<p>2日</p> <p>梅じゃこご飯 厚揚げのそぼろあん ごぼうのしぐれ煮 なめ茸おろし わかめスープ</p>	<p>3日</p> <p>ご 飯 白身フライ 大根の味噌煮 ごま酢和え 玉子スープ</p>	<p>4日</p> <p>ご 飯 豆腐の茶巾蒸し 野菜のコーンマヨ焼き クルミ和え 味噌汁</p>	<p>5日</p> <p>ご 飯 肉団子のトマト煮 切干大根の含め煮 マカロニサラダ 味噌汁</p>	<p>6日</p> <p>とうきびご飯 野菜の揚げ浸し 丸あげ煮 五目そうめん</p>
<p>7日</p> <p>三色丼 ごま豆腐 冬瓜のくず煮 フルーツ 澄まし汁</p>	<p>8日</p> <p>ご 飯 巣ごもり玉子 里芋の磯煮 もずく酢 味噌汁</p>	<p>9日</p> <p>ご 飯 冷しゃぶ 炒り鶏煮 フルーツ 味噌汁</p>	<p>10日</p> <p>ご 飯 ニラ玉炒め ゆかり酢和え フルーツ にしんそば</p>	<p>11日</p> <p>梅じゃこご飯 厚揚げのそぼろあん ごぼうのしぐれ煮 なめ茸おろし わかめスープ</p>	<p>12日</p> <p>ご 飯 鯖の香味おろし 南瓜のそぼろ煮 しそ風味和え 味噌汁</p>
<p>13日</p> <p>ご 飯 魚の若草焼き じゃが芋の甘辛煮 海藻サラダ 味噌汁</p>	<p>14日</p> <p>ご 飯 茄子グラタン 炒り豆腐 辛子和え 沢煮汁</p>	<p>15日</p> <p>ご 飯 赤飯 茄子と豆腐の田楽 昆布巻き カニマヨ和え 茶碗蒸し</p>	<p>16日</p> <p>ご 飯 野菜の揚げ浸し 丸あげ煮 フルーツ 五目そうめん</p>	<p>17日</p> <p>ご 飯 巣ごもり玉子 里芋の磯煮 もずく酢 味噌汁</p>	<p>18日</p> <p>ご 飯 肉団子のトマト煮 切干大根の含め煮 マカロニサラダ 味噌汁</p>
<p>19日</p> <p>ご 飯 ハヤシライス オムレツ 中華サラダ のっぺい汁</p>	<p>20日</p> <p>ご 飯 白身フライ 大根の味噌煮 ごま酢和え 玉子スープ</p>	<p>21日</p> <p>ご 飯 チンジャオロース さつま芋の昆布煮 生姜和え 味噌汁</p>	<p>22日</p> <p>ご 飯 夏野菜ポトフ 豆腐サラダ ヨーグルト 味噌汁</p>	<p>23日</p> <p>ご 飯 煮魚 麩チャンプルー 酢の物 味噌汁</p>	<p>24日</p> <p>三色丼 ごま豆腐 冬瓜のくず煮 フルーツ 澄まし汁</p>

※ 行事・材料の都合により献立を変更することがあります