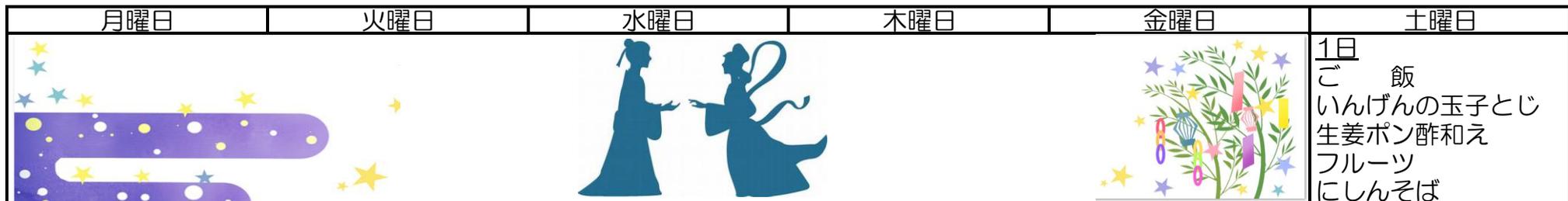
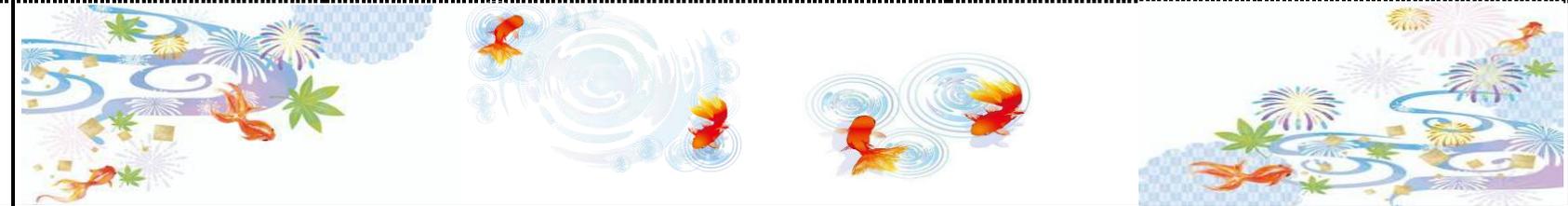


令和5年 7月 献立予定表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					
3日 ご 飯 茄子グラタン 里芋の磯煮 大根サラダ 沢 煮 汁	4日 ご 飯 鶏肉の梅しそ揚げ ぜんまいの煮物 ワサビ和え 味噌汁	5日 ご 飯 魚フライ ふきの青煮 みぞれ和え 味噌汁	6日 親子丼 花野菜のオイスター炒め 梅おかか和え 漬 け 物 味噌汁	7日 ご 飯 プチハンバーグ 大根とあげの煮物 フルーツ 五目そうめん	1日 ご 飯 いんげんの玉子とし 生姜ポン酢和え フルーツ にしんそば
10日 中華おこわ ごま豆腐 炊き合わせ フルーツ コーンスープ	11日 ご 飯 カニ玉 じゃが芋のそぼろ煮 コールスローサラダ 味噌汁	12日 ご 飯 鶏肉の味噌煮 ピーマンのツナ炒め もずく酢 澄まし汁	13日 ご 飯 焼き鯖の香味おろし 金平ごぼう 辛子マヨ和え 味噌汁	14日 ご 飯 冷やし鉢 昆布巻き 中華和え 味噌汁	8日 ご 飯 魚の煮付け さつま芋のレモン煮 辛子マヨ和え 味噌汁
17日 ご 飯 豚肉のスタミナ炒め 切干大根のひじき煮 生姜酢和え 味噌汁	18日 鮭散らし 冬瓜のカニ風味煮 ピーマンのツナ炒め みぞれ和え 澄まし汁	19日 ご 飯 魚のトマト煮 南瓜の昆布煮 しそ風味和え 味噌汁	20日 ご 飯 棒餃子 ゴーヤチャンプルー ぬた和え 中華スープ	21日 ご 飯 焼きそば 冷や奴 フルーツ 沢 煮 汁	15日 ひじきご飯 あげの袋煮 豆サラダ ゼリー 味噌汁
24日 ご 飯 焼き鯖の香味おろし 金平ごぼう 辛子マヨ和え 味噌汁	25日 ご 飯 鶏肉の味噌煮 ピーマンのツナ炒め みぞれ和え 澄まし汁	26日 親子丼 花野菜のオイスター炒め 梅おかか和え 漬 け 物 味噌汁	27日 ご 飯 魚フライ ふきの青煮 みぞれ和え 味噌汁	28日 ご 飯 カニ玉 じゃが芋のそぼろ煮 コールスローサラダ 味噌汁	22日 ご 飯 ぎせい豆腐 マカロニのミートソース煮 ごま酢和え 味噌汁
31日 ご 飯 鶏肉の梅しそ揚げ ぜんまいの煮物 ワサビ和え 味噌汁					

※ 行事・材料の都合により献立を変更することがあります