



# 7月の献立予定表



月 火 水 木 金 土



◎食べられない食材がある場合は、  
お気軽にお申し付けください。  
※メニューは変更になる場合がございます。  
特に魚の入荷状況が難しくなっており、変更する事があります。



<p>◎食べられない食材がある場合は、 お気軽にお申し付けください。 ※メニューは変更になる場合がございます。 特に魚の入荷状況が難しくなっており、変更する事があります。</p>							<p>1 つくね ピーマンと竹輪の炒り煮 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>
<p>2 とり天 すき昆布の煮物 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>	<p>3 鯖の南蛮漬け 茄子の煮浸し スパサラ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>	<p>4 ハヤシライス じゃが芋のベーコン煮 マカロニサラダ スープ フルーツ/漬物</p>	<p>5 焼魚 (ホッケ) きのこの炒り煮 和風サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>	<p>6 麻婆豆腐 キャベツの炒り煮 信田和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>	<p>7 鯖の梅煮 もやしの炒り煮 マカロニサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>	<p>8 煮魚 (カレイ) 炒り豆腐 春雨サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>	
<p>9 焼きそば 煮物 ツナサラダ スープ フルーツ/漬物</p>	<p>10 おろしハンバーグ 切り干し大根 インゲンの生姜和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>	<p>11 魚のホイル焼き きんぴら ポテトサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>	<p>12 鶏の唐揚げ ひじきの煮物 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>	<p>13 いなり 豚肉と茄子の炒め物 おろし和え すいとん フルーツ/漬物</p>	<p>14 煮魚 (赤魚) いんげんと油揚げの煮物 白和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>	<p>15 ポークチャップ きのこの炒り煮 梅肉和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>	
<p>16 焼魚 (赤魚粕) 高野豆腐の煮物 ポテトサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>	<p>17 煮魚 大根と油揚げの煮物 ワカメと胡瓜のサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>	<p>18 チキンピカタ 南瓜の煮物 コールスロー ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>	<p>19 魚のフライ 切り干し大根 しらす和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>	<p>20 うなぎちらし じゃが芋の煮物 白和え すまし汁 フルーツ/漬物</p>	<p>21 うなぎちらし おから煮 酢の物 すまし汁 フルーツ/漬物</p>	<p>22 うなぎちらし 人参シリシリ トマトとツナのサラダ すまし汁 フルーツ/漬物</p>	
<p>23 うなぎちらし 豚バラ大根 和え物 すまし汁 フルーツ/漬物</p>	<p>24 うなぎちらし 肉じゃが 胡麻和え すまし汁 フルーツ/漬物</p>	<p>25 うなぎちらし 厚揚げの煮物 なめ茸和え すまし汁 フルーツ/漬物</p>	<p>26 うなぎちらし 揚げ茄子 人参サラダ すまし汁 フルーツ/漬物</p>	<p>27 メンチカツ 切り干し大根 玉葱のマリネ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>	<p>28 カレーライス がんもの煮物 野菜サラダ スープ フルーツ/漬物</p>	<p>29 冷やしうどん 野菜のかき揚げ キャベツの煮物 フルーツ 漬物</p>	
<p>30 鯖の味噌煮 揚げ出し豆腐 カニ風味サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物</p>	<p>31 冷やし中華 煮物 お浸し 白玉あずき 漬物</p>						