



7月の献立予定表



	月	火	水	木	金	土
	1 鶏のマーマレード焼き 豚キムチ スパサラ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	2 焼魚（ホッケ） 高野豆腐の肉詰め 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	3 肉豆腐 ニラと卵の炒めもの レタスサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	4 鯖の南蛮漬け ひじきの煮物 生姜和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	5 鶏からのみぞれ煮 五目卵焼き 和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	6 魚のフライ 厚揚げの生姜煮 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物
7 田舎うどん 豚と茄子のみそ炒め サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	8 ピラフ 南瓜のあんかけ トマトサラダ スープ フルーツ/漬物	9 カレーライス ひじきの煮物 コールスローサラダ スープ フルーツ/漬物	10 生姜ごはん おでん風煮 白和え すいとん フルーツ/漬物	11 お稲荷さん 筑前煮 南瓜のサラダ 豚汁 フルーツ/漬物	12 冷やし中華 茄子の揚げびたし カニ風味サラダ フルーツポンチ 漬物	13 中華丼 がんも煮物 スパサラ スープ フルーツ/漬物
14 鯖の味噌煮 すき昆布の煮物 竹輪と胡瓜の和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	15 赤魚の唐揚げ 切り干し大根 和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	16 酢豚 茄子のそぼろあん ポテトサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	17 煮魚 揚げ出し豆腐 ピーマンともやしのナムル ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	18 つくね スパニッシュオムレツ 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	19 うなぎちらし 南瓜の煮物 冷奴 素麺汁 フルーツ/漬物	20 うなぎちらし キャベツの煮物 白和え 素麺汁 フルーツ/漬物
21 うなぎちらし 袋煮 小松菜の胡麻和え 素麺汁 フルーツ/漬物	22 うなぎちらし じゃが芋のそぼろ煮 うめ和え 素麺汁 フルーツ/漬物	23 うなぎちらし 炒り豆腐 おろし和え 素麺汁 フルーツ/漬物	24 うなぎちらし 焼き茄子の甘味噌がけ サラダ 素麺汁 フルーツ/漬物	25 うなぎちらし 肉じゃが 白和え 素麺汁 フルーツ/漬物	26 鮭のチャンチャン焼き 仙台麩の煮物 春雨サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	27 鶏の照り焼き エリンギとズッキーニのソテー マカロニサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物
28 チキンカツ 炒り豆腐 人参サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	29 ピーマンの肉詰め 根菜煮 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	30 ハンバーグ もやしの炒り煮 野菜サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	31 ミートボール きのこの煮物 和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	<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。</p> <p>※メニューは変更になる場合がございます。</p> <p>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</p>		