

7月献立カレンダー

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|--|--|--|---|--|---|
| | 3日 | 4日 | 5日 | 6日 | 7日 |
| | ごはん 鶏のさっぱり煮 レンコンサラダ みそ汁 レーズンマフィン | ロールパン・オレンジ ハンバーグ ブロッコリーのバターソテー コンソメスープ 混ぜ込みわかめおにぎり | ごはん たらの梅照り焼き さつまいもの塩きんぴら すまし汁 きなこクッキー | ごはん ホイコーロー もやしの中華和え 中華スープ ジャムサンド | セタそうめん かぼちゃのバター焼き すいか セタゼリー |
| | 10日 | 11日 | 12日 | 13日 | 14日 |
| | 夏野菜カレーライス キャベツの甘酢和え とうもろこし りんご フルーチェ | ごはん 赤魚の浸け焼き ひじきサラダ みそ汁・トマト ホットケーキ | ひじきの炊き込みご飯 鶏肉のマーマレード焼き ほうれん草の白和え すまし汁 ハムサンド | ごはん 厚揚げのオイスター煮 きゅうりとわかめの酢の物 中華スープ・オレンジ おふラスク | ごはん さわらの野菜あんかけ マカロニサラダ みそ汁 バナナマフィン |
| | | 18日 | 19日 | 20日 | 21日 |
| | | 肉うどん 小松菜のツナマヨ和え オレンジ 米粉のヨーグルトケーキ | ごはん カレイのバターソテー トマトときゅうりのピクルス 大豆スープ マカロニきな粉 | 高野豆腐丼 ブロッコリーのかつお和え みそ汁 もちもちじゃがチーズ | ごはん・りんご 鶏のからあげ スパゲッティサラダ コンソメスープ バナナケーキ |
| | 24日 | 25日 | 26日 | 27日 | 28日 |
| | ごはん 酢豚 チンゲン菜のナムル 中華風コーンスープ ぶどうゼリー | ごはん 鮭のパン粉焼き 小松菜の煮びたし すまし汁・バナナ ピザトースト | しょうゆラーメン じゃがいもの青のり炒め オレンジ 昆布おにぎり | ごはん 鶏の甘辛煮 かぼちゃサラダ みそ汁 ウインナーパイ | パン たらのカレーフリッター フルーツサラダ コンソメスープ 大学芋 |
| | 31日 | | | | |
| | ごはん マーボー豆腐 レタスとちくわのナムル 中華スープ ごまクッキー | | | | |