

〇〇 2024年 7月 献立表 〇〇

[常食]

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)
朝食	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁(麴)	ご飯 牛乳 佃煮昆布 みそ汁	ご飯 牛乳 鶏そぼろ みそ汁	ご飯 牛乳 みそ汁(じゃがいも) お茶漬け(インスタント)	食パン(いちごジャム) 牛乳 ヨーグルト バナナ	クロワッサン 牛乳 インスタントスープ カスタードプリン
昼食	ご飯 鶏のさっぱり煮 もやし炒め物 コロッとさつま揚げ なすの揚げだし	ご飯 コロッケ 付) ゆでブロッコリー ひき肉と野菜の炒り卵 豚味噌	ご飯 鶏チリ マカロニサラダ 南瓜の煮物 オレンジ	ロールサンド(ハム) ロールサンド(チョコ) 弁) きのコスバゲティ スパニッシュオムレツ 粉ふきいも	ご飯 ししゃもフライ ビーフンソーテー カニカマサラダ ウィンナーケチャップ(2本)	カレーパン 冷しゃぶうどん 抹茶水ようかん	ロコモコ丼 野菜サラダ オレンジ
夕食	ご飯 親子煮 コールスローサラダ 焼きビーフン コンフィ	ご飯 豚の細切り炒め 揚げだし豆腐 フルーツヨーグルト すまし汁(えのき)	ご飯 チキン南蛮 付) レタスときゅうり おでん煮(小鉢)	ご飯 チキンカツ 付) キャベツとトマト ポークビーンズ1 卵とわかめのスープ	ご飯 マーボー豆腐 春雨サラダ かきたま汁	ご飯 鶏肉のホール味噌焼き とろろてん イカ唐揚げ あおさ汁	ちらし寿司 冷やしそうめん 鶏のみそ焼き フルーツ白玉
朝食	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)	14(日)
朝食	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁(ほうれん草)	ご飯 牛乳 韓国のみ みそ汁(豆腐)	ご飯 牛乳 たかな漬 みそ汁	ご飯 牛乳 豚味噌 みそ汁(玉ねぎ)	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁(じゃがいも)	食パン(いちごジャム) 牛乳 ハム・チーズ チョコレート	食パン(マーガリン) 牛乳 ゆで卵 サラダ(ミニトマト)
昼食	ご飯 鶏のみそ焼き にんじんおおかマヨ 炊き合わせ チーズドッグ	ご飯 肉団子の酢豚 ささみコンソメ ブロッコリー りんご	ご飯 うま塩チキン なすと厚揚げの味噌炒め れんこんとひき肉の照焼	揚げパン 食フルーツサンド ペペロンチーノ 冷) 牛肉コロッケ みかん缶	ご飯 ししゃもフライ ビーフンソーテー カニカマサラダ ウィンナーケチャップ(2本)	カレーうどん さつまいもがね 豆まめおにぎり	塩豚丼 冷やしそうめん(小鉢) パイナップル
夕食	ご飯 チンジャオロウスウ 三色なます 餃子スープ	ご飯 魚の塩焼き(さけ) ブロッコリー卵炒め 冷しゃぶが コンフィ	ご飯 チキン南蛮 付) レタスときゅうり おでん煮(小鉢)	ご飯 さけのホール焼き 付) キャベツとトマト 肉団子スープ	ご飯 ビーマンの肉詰め焼き ポテトチーズ焼き 枝豆コン	ご飯 鶏レモン蒸し焼き 弁) スバゲッティ・ナポリ 野菜サラダ(盛り合わせ) オニオンスープ	ご飯 豚肉しょうが焼き 野菜サラダ 抹茶水羊羹 みそ汁(豆腐としめじ)
朝食	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	21(日)
朝食	クロワッサン 牛乳 スライスチーズ 1枚 ヨーグルト	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁	ご飯 牛乳 温卵 うめびしお みそ汁	ご飯 牛乳 サラダ みそ汁(油揚げと大根)	ご飯 牛乳 味噌汁海苔 みそ汁	シリアル 牛乳 プロセスチーズ 1かけ バナナ	菓子パン 牛乳 インスタントスープ アリン
昼食	ガバオライ 野菜サラダ 大学芋	ご飯 魚の照り焼き(ぶり) 手作り小松菜ふりかけ 炊き合わせ はんぺんフライ	ご飯 タンドリーチキン にんじんシリシリ かぼちゃコロッケ ペペロンチーノ	カツサンド 食サンド(たまご) ペンネポロネーゼ弁 バイン缶	ご飯 西京焼き ウィンナーとほうれん草ソ チャプチェ かぼちゃコロッケ	ラーメン 甘酢和え みかんゼリー	いなり寿司 冷やしそうめん とり天
夕食	ご飯 ホイコーロー ポテトサラダ 中華コンソメスープ	ご飯 肉じゃが きゅうりの漬物 コンフィ	ご飯 ムニエル(さけ) 鶏ごぼう炒め オクラとなめたけあえ すいか	ご飯 野菜炒め 春巻き もずく酢(きゅうり) さつま汁	ご飯 豚カツ とろろてん ぎょうざスープ	ご飯 ポトフ かぼちゃサラダ フルーツ白玉	ご飯 さばの味噌煮 カニカマが ぶた汁
朝食	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)
朝食	ご飯 牛乳 韓国のみ みそ汁(豆腐)	ご飯 牛乳 鶏そぼろ みそ汁(油揚げと大根)	ご飯 牛乳 高菜油炒め みそ汁(もやし)	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁(小松菜)	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁(白菜)	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁(もやし)	食パン(いちごジャム) 牛乳 サラダ カスタードプリン
昼食	ご飯 鶏の照り焼き 枝豆コン ゴーヤチャンプルー たご焼き	ご飯 冷) メンチカツ 付け合わせ ペンネポロネーゼ弁 シュウマイ(コーン)	ご飯 豚肉と茄子のカレー炒め きのコスバゲティ 金平ごぼう	ロールサンド(たまご) ロールサンド(コロッケ) ささみコンソメ 弁) スバゲッティ・ナポリ キャラメルポテト	ご飯 あっさりポークソテー 千種焼き チキンナゲット りんご	ゆかりおにぎり 冷やし中華 ダイスカットゼリー(ブド)	鶏飯 野菜の天ぷら ゼリー(冷)
夕食	ご飯 お煮しめ スバゲッティサラダ コンフィ みそ汁(豆腐)	ご飯 魚の塩焼き(さけ) マーボーなす トマトのサラダ(盛り合わせ) 冷) ゼリー	ご飯 ブルコギ コロッケ そうめん(小鉢) アリン	ご飯 家常豆腐 きゅうり昆布和え フルーツヨーグルト わかめもやしスープ	ご飯 魚の照り焼き(ぶり) ひじき煮 冷しゃぶが かきたま汁	ご飯 ハンバーグ ブロッコリーとコーンのパ かぼちゃサラダ オニオンスープ	ご飯 鶏肉から揚げ 野菜サラダ ミネストローネ
朝食	29(月)	30(火)	31(水)				
朝食	ご飯 牛乳 のりつくだに みそ汁(白菜)	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁(かぼちゃ)	ご飯 牛乳 ふりかけ みそ汁(キャベツ)				
昼食	ご飯 鶏肉の西京焼き たくあん和え 焼きビーフン 煮卵(半分)	ご飯 サバのカレー焼き アスパラソテー コロッケ(冷) 南瓜のそぼろ煮	ご飯 冷) 牛肉コロッケ 付) ゆでブロッコリー ミートボールのトマト煮(イカ唐揚げ)				
夕食	ご飯 とり天 付) レタスとトマト 担々スープ コンフィ	ご飯 親子煮 マカロニサラダ みかんゼリー もやしナムル	ご飯 ムニエル(さけ) 弁) きのコスバゲティ 野菜サラダ ビーフコンソメスープ				