

〇〇 2025年 7月 献立表 〇〇 [常 食]							
		1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)	5 (土)	6 (日)
朝 食		ご飯 牛乳 温卵 みそ汁 (麺)	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)	ご飯 牛乳 韓国のり みそ汁 (豆腐)	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 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 ビーフソテー 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 いり豆腐	ロコモコ丼 野菜サラダ オレンジ
夕 食		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 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 鶏肉のホイル味噌焼き ところてん イカ唐揚げ あおさ汁	ご飯 チンジャオロウスウ 三色なます 餃子スープ
	7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金)	12 (土)	13 (日)
朝 食	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁 (ほうれん草)	ご飯 牛乳 韓国のり みそ汁 (豆腐)	ご飯 牛乳 たかな漬け みそ汁	ご飯 牛乳 豚味噌 みそ汁 (玉ねぎ)	クリームパン 牛乳 ヨーグルト インスタントスープ	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 にんじんおかかマヨ 炊き合わせ チーズドッグ	ご飯 肉団子の酢豚 ささみコーン焼き 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 ブロッコリー	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	ナンカレー 和風サラダ	皿うどん 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) バイナッブル
夕 食	ちらし寿司 冷やしそうめん 豚肉の梅香焼き フルーツ白玉	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 チキンピカタ マセドアンサラダ 南瓜の煮物 けんちん汁	ご飯 さけのホイル焼き 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 野菜サラダ	ご飯 鶏レモン蒸し焼き パスタ (ベーコン 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)
	14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)	18 (金)	19 (土)	20 (日)
朝 食	ご飯 牛乳 韓国のり みそ汁 (豆腐)	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 目玉焼き みそ汁	シリアル 牛乳 ヨーグルト バナナ	
昼 食	ご飯 鶏の照り焼き 枝豆コーン ゴーヤチャンプルー たこ焼き	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 竹輪のチーズ焼き	カツサンド 食サンド (たまご) ペンネポロネーゼ丼 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 みかんゼリー		
夕 食	ご飯 ホイコーロー ポテトサラダ 中華コーンスープ	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 ところてん ぎょうざスープ ミモザサラダ		
	21 (月)	22 (火)	23 (水)	24 (木)	25 (金)	26 (土)	27 (日)
朝 食		ご飯 牛乳 温卵 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 鶏そぼろ みそ汁 (小松菜)	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁 (白菜)	ご飯 牛乳 さけフレーク 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 冷) メンチカツ 付け合わせ 弁) スバゲッティ・ナポリ シュウマイ	ご飯 豚肉と茄子のカレー炒め マカロニサラダ 金平ごぼう	ロールサンド (たまご) ロールサンド (コロッケ) ささみコーン焼き きのこスパゲティ 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 冷) ゼリー	鶏飯 野菜の天ぷら ジュワシウボンチ
夕 食	ご飯 ささみフライ ほうれん草のお浸し フルーツ白玉 冷やしそうめん	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) アジ	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 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
	28 (月)	29 (火)	30 (水)	31 (木)			
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)	ご飯 牛乳 お茶漬け (インスタント) みそ汁 (油揚げと大根)			
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	サンド (鶏肉) 食サンド (たまご) スパゲティゆかり (弁) 冷) メンチカツ バイン缶			
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) きのコスパゲティ 野菜サラダ ビーフコンソメスープ	ご飯 西京焼き にんじんシリシリ さつま芋サラダ ぶた汁			