

週間献立表

	7月5日	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日
	日	月	火	水	木	金	土
朝	御飯 味噌汁 炒り豆腐 モロヘイヤのお浸し 牛乳	御飯 味噌汁 厚焼き玉子 カリフラワーの和風ピクルス 牛乳	パン コンソメスープ 大豆のトマト煮 フルーツ 牛乳	御飯 味噌汁 じゃがいもの甘辛煮 ほうれん草の胡麻まぶし 牛乳	御飯 味噌汁 茄子南蛮 キャロットラペ 牛乳	パン コーンポタージュ キッシュ ゼリー 牛乳	御飯 味噌汁 高野の煮物 小松菜のお浸し 牛乳
昼	御飯 鯖の梅しそ焼き ささみフライ 白和え	御飯 棒々鶏 ゴーヤチャンプル 水菜のサラダ	いなり寿司 セタそうめん 星のハンバーグ ひじき煮 セタゼリー ☆セタ☆	御飯 カレイの中華風蒸し 麻婆豆腐 カリフラワーの塩昆布和え	御飯 赤魚の立田揚げ かにのふんわりしんじょう きのこの蒸しポン酢	御飯 牛肉スタミナ炒め 煮物盛 菜の花の和え物	御飯 ぶりの照焼 ビーフンソテー オクラのドレッシングかけ
タ	御飯 牛肉のしぐれ煮風 煮物盛 無限ピーマン	御飯 メバルの治部煮 エビマヨ チンゲンサイのおかかまぶし	御飯 あじの蒲焼 ごぼうと鶏挽肉の炒め煮 かぼちゃサラダ	御飯 ポークソテー コロッケ キャベツの青じそ風味	御飯 鶏の味噌焼 冬瓜の煮物 白菜のレモン和え	御飯 ほっけの塩焼 大根のきんぴら アスパラのサラダ	御飯 酢豚風 京風しゅうまい きゅうりのナムル