



7月予定献立表



| | | 7月1日 (水) | 7月2日 (木) | 7月3日 (金) | 7月4日 (土) | 7月5日 (日) | | |
|----|--|--|--|---|---|--|--|-----------|
| 昼食 | | 御飯135g 鶏肉の甲州蒸し 人参金平 清汁 (エビボール) 果物 (ゴールデンキウイ) | 麦ご飯135g 魚のハーブパン粉焼き ココロサラダ コンソメスープ 果物 (フル-カケル缶) | おにぎり (ゆかり) 冷やし中華 炒り豆腐 しば漬け 果物 (オレンジ) | 御飯135g 鯔の揚げおろし煮 オクラとひじきのしそ和え 雷汁 フルーツヨーグルト・みかん | 休 み | | |
| | | 作) 蒸しパン (黒糖レーズン) | ソフトクレープ (バナナ) | バウムクーヘン | 作) くずもち風 | | | |
| | | 7月6日 (月) | 7月7日 (火) | 7月8日 (水) | 7月9日 (木) | 7月10日 (金) | 7月11日 (土) | 7月12日 (日) |
| 昼食 | | 御飯135g 煮込みハンバーグ風 ポテトサラダ 豆乳スープ 果物 (すいか) | <七夕御膳> ちらし寿司 とり天 ゴーヤのマヨ和え 清汁 (そうめん) 和菓子 (願い星) | 御飯135g 鯖の生姜煮 辛子味噌和え 清汁 (うずらの卵) フルーツヨーグルト・もも | 御飯135g 魚の竜田揚げ さつま芋の小倉煮 きのこ汁 果物 (オレンジ) | 御飯135g 鶏のみそ漬け焼き ちくわとおくらの和え物 雷汁 果物 (みかん缶) | ピピンバ風丼 なすのみぞれかけ 九ちゃん漬け 春雨スープ 果物 (バナナ) | 休 み |
| | | ふわふわワッフル (カスタード) | 七夕ゼリー | 作) デザートムース (ぶどう) | りんごカステラ | 吹雪饅頭 | 作) さつまいもケーキ | |
| | | 7月13日 (月) | 7月14日 (火) | 7月15日 (水) | 7月16日 (木) | 7月17日 (金) | 7月18日 (土) | 7月19日 (日) |
| 昼食 | | 御飯135g 太刀魚の丁照焼き 梅肉和え 清汁 (花麩) フルーツヨーグルト・みかん | 御飯135g 鶏ミンチの五目蒸し ピーマンのじゃこ炒め きりこみ汁 果物 (ゴールデンキウイ) | 御飯135g 魚のポテトソースかけ スパゲティサラダ 豆乳スープ 果物 (オレンジ) | おにぎり (ごま塩) 肉そば うの花炒り しば漬け 果物 (パイン缶) | 御飯135g 魚のさらさ蒸し さつま芋の甘辛煮 かき玉汁 果物 (バナナ) | <誕生会> 赤飯・飯135g 魚の味噌漬け焼き 菜種和え 雷汁 果物 (みかん缶) | 休 み |
| | | たいやき | クリームコンフェ | 作) 蒸しパン (コーヒー) | あんドーナツ | スイスパウム | ケーキ | |
| | | 7月20日 (月) | 7月21日 (火) | 7月22日 (水) | 7月23日 (木) | 7月24日 (金) | 7月25日 (土) | 7月26日 (日) |
| 昼食 | | 御飯135g 包まないシューマイ もやしとニラの炒め物 中華スープ 果物 (オレンジ) | 麦ご飯135g 五目豆煮 らっきょう漬 冷やし汁 フルーツヨーグルト・もも | 御飯135g 鶏の竜田揚げ 南瓜の小倉煮 清汁 (かまぼこ) 果物 (パイン缶) | 御飯135g タンドリーチキン風 大豆サラダ 野菜スープ 果物 (ゴールデンキウイ) | 御飯135g 揚げ魚のねぎソースかけ 人参しりしり 雷汁 果物 (黄桃缶) | 御飯135g 松風蒸し 梅マヨ和え 清汁 (おつゆ麩) 果物 (バナナ) | 休 み |
| | | やわらかサブレ | 紫芋まんじゅう | 作) シルキーコッタ (きなこ) | ソフトクレープ (いちご) | ふわふわワッフル (抹茶) | 作) ブルーベリーケーキ | |
| | | 7月27日 (月) | 7月28日 (火) | 7月29日 (水) | 7月30日 (木) | 7月31日 (金) | | |
| 昼食 | | ひつまぶし風 菜果なます らっきょう漬 清汁 (お花の豆腐) 果物 (フル-カケル缶) | 御飯135g 鶏唐揚げのおろしかけ 豆腐とオクラの梅しそ和え 清汁 (うずらの卵) 果物 (すいか) | おにぎり (ゆかり) 醤油ラーメン からし醤油和え しば漬け 果物 (オレンジ) | 御飯135g 鯖の味噌煮 キムチ和え きのこ汁 フルーツヨーグルト・みかん | 御飯135g 鶏肉の照焼き 春雨の酢の物 赤だし (厚揚げ) 果物 (パイン缶) | | |
| | | エクレア | 巨峰カステラ | 作) 蒸しパン (ココア) | 酒まんじゅう | リングドーナツ | | |