

7月の予定献立									
月		火		水		木		金	
		1日		2日		3日		4日	
		パン マカロニスープ	野菜パン マカロニ、ほうれん草、人参	麦ご飯 春雨スープ 豚肉のオイスターソース炒め	精白米、押麦 春雨、木耳、オクラ 豚肉、キャベツ、玉葱、竹の子、 ピーマン、人参	魚介の Pasta ペペロンチーノ風 スープ	スバゲッティ、イカ、エビ、ホタテ、 玉葱、マッシュルーム ベーコン、パセリ、鷹の爪 レッドキドニー、枝豆、人参、コーン	ご飯 白湯スープ 牛肉のブルコギ 〜トッポギ入り〜	精白米 白菜、しめじ、ロースハム、長葱 牛肉、トッポギ、玉葱、人参、 春雨、エリンギ、ニラ、白ごま
		照り焼きチキン	鶏肉 ／サニーレタス、エンダイブ、トレビス ※ドレッシング	中華サラダ	もやし、ハム、水菜 ※ドレッシング	南瓜サラダ	南瓜サラダ、胡瓜、サニーレタス パプリカパウダー	ナムル	小松菜、木耳、もやし、かにかまぼこ
		ミニカップデザート	ティラミス			デザート	シューアイス(パニラ)		
7日		8日		9日		10日		11日	
七夕そうめん	そうめん、エビ、錦糸卵、胡瓜、 ミニトマト、味付椎茸、万能葱、のり	ご飯 スープ	精白米 オクラ、椎茸、ヤングコーン	夏野菜の キーマカレー	精白米、豚挽肉、茄子、玉葱、 セロリ、レーズン、赤・黄パプリカ、 パセリ	枝豆ご飯 あおさのみそ汁	精白米、もち米、枝豆 あおさ、大根、長葱	パン 鶏肉のトマト煮込み	ソフトレーズン、黒コッペパン 鶏肉、玉葱、じゃが芋、人参、 キャベツ、マッシュルーム、 トマト缶、スナップエンドウ
天ぷら盛り合わせ	さつまいも、磯部揚げ	海鮮チリソース	イカ、エビ、玉葱、長葱、グリーンピース	スープ	ズッキーニ、大豆、レンコン キャベツ、人参、ロースハム、 コーン	ホッケのみりん焼き	ホッケ ／付:しば漬	飲み物	飲むヨーグルト(ブルー)
七夕デザート	サイダー・はちみつレモンゼリー、 白玉団子、黄桃缶、 ゴールデンキウイ	小松菜の中華和え	小松菜、人参、鶏ささみ、レタス	コールスローサラダ	果物	塩昆布和え	白菜、人参、塩昆布	ナッツのサラダ	リーフレタス、トレビス、 アーモンド、カシューナッツ ※ドレッシング
14日		15日		16日		17日		18日	
ご飯 具沢山汁	精白米 里芋、玉葱、突きこんにゃく、 えのき、大根菜	冷やし中華	中華麺、ハム、人参、 もやし、味付椎茸、胡瓜、錦糸卵、 ※紅生姜、辛子	ジューシー 〜沖縄風炊き込みご飯〜 シブイ汁	精白米、豚肉、ひじき、 椎茸、かまぼこ、万能葱 冬瓜、鶏肉、油揚げ、かいわれ大根	パン スープ	ソフトフランス 小松菜、ヤングコーン、ベーコン	ガパオライス	精白米、鶏挽肉、卵、玉葱、 赤パプリカ、インゲン、大豆、 茄子、鷹の爪、バジル
白身魚のさっぱり おろしがけ	たら、大根、サラダ菜、 万能葱	蒸し餃子二種盛り	えび餃子、翡翠餃子、リーフレタス ※酢醤油	ゴーヤチャンプル	木綿豆腐、ゴーヤ、卵、玉葱、 ベーコン、人参、キャベツ、削り節	ボークソテー 〜オニオンソース〜	豚肉、玉葱 ／付:ポイルポテト、 人参グラッセ	スープ	エリンギ、人参、セロリ
茄子の煮浸し	茄子、人参、いんげん	果物	パイン	季節の果物	スイカ	ほうれん草のサラダ	サラダほうれん草、レタス、水菜、 ※ドレッシング	サラダ	リーフレタス、トレビス、チーズ ※ドレッシング
フルーツみつ豆 〜黒蜜風味〜	寒天、赤えんどう、みかん、 パイン、黄桃 ※黒蜜							果物	キウイフルーツ
21日		22日		23日		24日		25日	
海の日		カツカレー	精白米、とんかつ、 ソテードオニオン、セロリ、人参	韓国風冷麺	冷麺、牛肉、白ごま、 胡瓜、大根、人参、キムチ ※酢	鶏天丼	精白米、鶏むね肉、ピーマン	パン	バターロール
		飲み物	牛乳	チョレギサラダ	サニーレタス、レタス、 海藻ミックス、韓国のに ※ドレッシング	赤だしみそ汁	庄内麩、玉葱、大根菜	スープ	鶏肉、人参、いんげん
		サラダ	ロメインレタス、エンダイブ 紅芯大根 ※ドレッシング			うざく	うなぎ、胡瓜、ワカメ、みょうが	タルティフレット	じゃが芋(皮つき)、ベーコン、玉葱
		デザート	コーヒーゼリー	チーズポテトボール	チーズインポテトボール ※ケチャップ	デザート	レアチーズケーキ	ほうれん草の彩りサラダ	〜じゃがいもとチーズグラタン〜 にんにく、チーズ、パセリ
								季節の果物	ほうれん草、リーフレタス 赤・黄パプリカ※ドレッシング メロン(赤肉)
28日		29日		30日		31日			
ごまだれ冷やしうどん	うどん、鶏肉、水菜、レタス トマト、オクラ、かまぼこ(スイカ) 白ごま	揚げパン ロールキャベツ	コッペパン(ココア・きなこ・シュガー) ロールキャベツ、ブロッコリー、 人参、玉葱	ご飯 白湯スープ 回鍋肉	精白米 えのき、青梗菜、ハム 豚肉、キャベツ、長葱、 玉葱、ピーマン、人参	もち麦ご飯 すまし汁	精白米、もち麦 湯葉、椎茸、かいわれ大根		
大根サラダ	大根、人参、しらす、削り節 ※ドレッシング	マカロニサラダ	マカロニ、ツナ、チーズ、 バジル、リーフレタス	大根とホタテの和え物	大根、ホタテ、胡瓜、水菜、コーン	カレイの味噌マヨ焼き	カレイ ／付:ししとう		
デザート	ミニたい焼き(カスタード)	デザート	パインゼリー			梅肉和え	小松菜、白しめじ、人参、 油揚げ、梅肉		