

# 7月の献立表



月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		かに玉 里芋の味噌煮 ゴロウサダ	つくねの 照り焼き 大豆の五目煮 白菜の 胡麻和え	鮭の照り焼き 茄子の煮物 南瓜サラダ	春巻き 南瓜煮付け ブロッコリー 胡麻和え
6	7	8	9	10	11
天津飯 麻婆豆腐 ゴロウサダ	豆腐の肉野菜 あんかけ 南瓜サラダ ブロッコリー	揚げ出し豆腐 筑前煮 キャベツ梅和え	そうめん 冷奴 茄子とトマト サラダ	豆腐ステーキ 南瓜そぼろ煮 いんげんの 胡麻和え	ちらし寿司 野菜田楽 キャベツ梅和え
13	14	15	16	17	18
和風ハバーグ ひじき煮付け 南瓜サラダ	揚げ餃子 甘酢あんかけ さつま芋甘煮 もずく酢の物	チキン南蛮 根菜煮付け もやしの 胡麻和え	玉子丼 かき揚げ いんげん 胡麻和え	赤魚西京焼き 筑前煮 むりりとわかめ の酢の物	豚肉生姜焼き 切干煮つけ 野菜の 甘酢和え
20	21	22	23	24	25
鱈の南蛮漬け 南瓜煮付け もやし梅和え	ちらし寿司 野菜田楽 ブロッコリーサラダ	冷やし中華 さつま芋甘煮 大根サラダ	肉団子 甘酢あんかけ 冷奴 もずく酢の物	鶏から揚げ 里芋の味噌煮 大根と人参の なます	鮭のムニエル 外カルルス 切干煮つけ 白菜のお浸し
27	28	29	30	31	
茄子と豚肉の 味噌炒め 大根そぼろ煮 トマトの酢物	アジ竜田揚げ 南瓜煮付け いんげんの 胡麻和え	カレーライス さつま芋甘煮 野菜の 甘酢和え	鱈の西京焼き 筑前煮 南瓜サラダ	そうめん 冷奴 茄子とトマト のサラダ	

※上記にごはんとみそ汁が付きます。

※献立は当日の仕入れ状況により変更になる場合があります。ご了承いただきますようお願い申し上げます。