

7月 献立表

月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日
	だいずにまめ  あかうおのしょうがに  ごはんみそしる 	だいこんのナムル  タンドリーチキン  ごはんちゅうかスープ 	クリームコロッケ  オープンオムレツ  ごはんコンソメスープ 	うまいなのごまあえ  おろしポンズとんかつ  ごはんみそしる 	おやすみ
7日	8日	9日	10日	11日	12日
あんにと豆腐  たなばたそうめん  たきこみごはん 	レンコンのきんぴら  やさしいため  ごはんみそしる 	かぼちゃのにも  マスのゆうあんやき  ごはんみそしる 	はるさめのあえもの  すぶた  ごはんちゅうかスープ 	せんざりだいこんのもの  とりのねぎしおだれ  ごはんみそしる 	カリフラワーのマリネ  あつあげのにくみそいため  ごはんみそしる 
14日	15日	16日	17日	18日	19日
オクラのあえもの  はっぼうさい  ごはんちゅうかスープ 	マカロニサラダ  チキンピカタ  ごはんコンソメスープ 	かぼちゃサラダ  ハッシュドミートボール  ごはん 	すのもの  ぶたにくのやきにくいため  ごはんみそしる 	ひやっこ  あじのたつたあげ  ごはんみそしる 	おやすみ
21日	22日	23日	24日	25日	26日
おやすみ	きんぴらごぼう  ラーメン  ごはん 	だいこんサラダ  とりのからあげ  ごはんみそしる 	ごうや豆腐のにも  さばのみそに  ごはんすましじる 	やさいサラダ  ハヤシライス  オレンジゼリー 	こんにさいのもの  ホイコーロー  ごはんちゅうかスープ 
28日	29日	30日	31日		
あげしゅうまい  チャーハン  ちゅうかスープ 	とうがんのくずに  メバルのなんぶやき  ごはんみそしる 	ブロッコリーのあえもの  チキンソテーわふうソース  ごはんみそしる 	ひじきのいりに  ひやしちゅうか  ごはん 		